



# BOXER

WORLD CUP

## Guide de réglage de la suspension



# GUIDE DE RÉGLAGE RAPIDE BOXXER WORLD CUP

## 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.

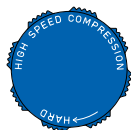
Les suspensions RockShox peuvent être ajustées en fonction de votre poids, de votre style et du terrain. Notre Guide de réglage présente des recommandations rapides pour le réglage fin de votre fourche BoXXer afin de vous permettre de vous lancer sur les sentiers le plus vite possible ! De plus, il vous 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 World Cup	POIDS DU CYCLISTE	PRESSION SUGGÉRÉE	COMPRESSION BASSE VITESSE	COMPRESSION HAUTE VITESSE	REBOND EN DÉBUT DE COURSE	REBOND EN FIN DE COURSE	RÉSISTANCE AU TALONNAGE
	< 63 kg	2,8 bar	1 tour	2 clics	8 clics	8 clics	1/2 tour
	63 à 72 kg	2,8-3,8 bar	1 tour	2 clics	9 clics	9 clics	1 tour
	72 à 81 kg	3,8-4,8 bar	1 tour	2 clics	10 clics	10 clics	1 tour
	81 à 90 kg	4,8-5,8 bar	2 tours	3 clics	11 clics	11 clics	2 tours
	90 à 99 kg	5,8-6,9 bar	2 tours	3 clics	12 clics	12 clics	2 tours
	>99 kg*	6,9 bar ou plus*	2 tours	3 clics	13 clics	13 clics	3 tours
* Ne dépassez pas 13,8 bar							

Mes réglages préférés	SORTIES PRÉFÉRÉES	RÉGLAGES DE PRESSION	COMPRESSION BASSE VITESSE	COMPRESSION HAUTE VITESSE	REBOND EN DÉBUT DE COURSE	REBOND EN FIN DE COURSE	RÉSISTANCE AU TALONNAGE

**Compression haute vitesse**



**Rebond en début de course**



**Compression basse vitesse**

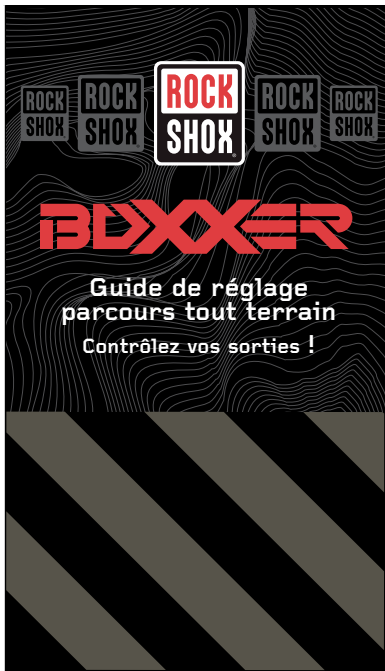


**Rebond en fin de course**



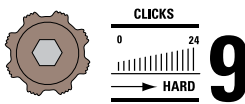
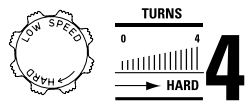
**Talonnage**





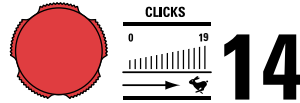
**Parcours :** manœuvres à basse vitesse sur un terrain hautement technique

**Contrôle :** minimalisation des oscillations de la fourche lorsque l'équilibre à basse vitesse et le contrôle du vélo sont critiques



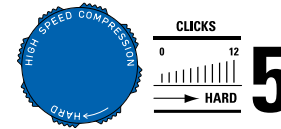
**Parcours :** mouillé, boueux, plein de racines et de cailloux

**Contrôle :** maximaliser l'adhérence de la roue avant et minimaliser les mouvements parasites



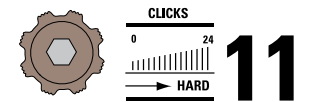
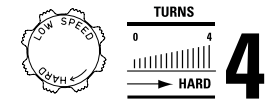
**Parcours :** sauts lancés avec atterrissages sur la transition

**Contrôle :** maximaliser le contrôle à la réception et la maniabilité



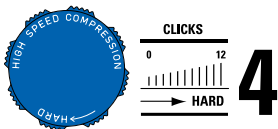
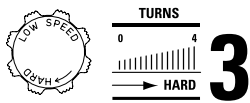
**Parcours :** virages relevés rapides

**Contrôle :** fourche plus haute dans son débattement pour permettre une transition plus rapide de virage à virage



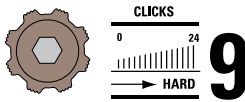
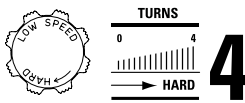
**Parcours :** rapide, rocailleux, nombreux virages engagés

**Contrôle :** maximalisation de l'absorption des chocs et résistance au décentrement lors des déplacements du poids sur le vélo dans les virages



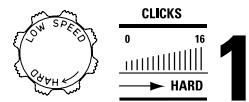
**Parcours :** descente basse vitesse avec sauts et marches

**Contrôle :** minimiser les risques de passer par-dessus le guidon et répartition du poids du vététiste sur la roue arrière pour l'adhérence



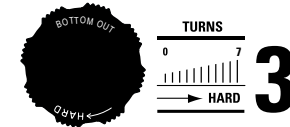
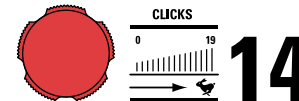
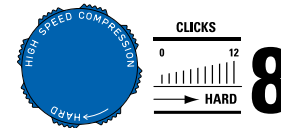
**Parcours :** rapide, rocailleux, virages roulants

**Contrôle :** maximaliser l'absorption des chocs



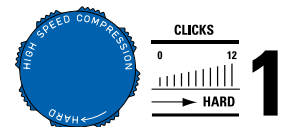
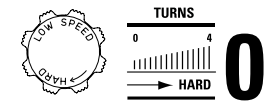
**Parcours :** sauts lancés avec atterrissages sur du plat

**Contrôle :** maximaliser le contrôle à la réception et la maniabilité



**Parcours :** virages larges en terre meuble

**Contrôle :** maximaliser l'absorption des chocs



# BOXXER WORLD CUP

Molette de réglage de compression  
basse vitesse

Molette de réglage de compression  
haute vitesse

Air Spring Top Cap

Bottom Out Adjuster Knob

CÔTÉ DE LA CHAÎNE

CÔTÉ OPPOSÉ À LA CHAÎNE

Molette de réglage du rebond en fin  
de course

Molette de réglage du rebond en début  
de course

# GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER WORLD CUP

## 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	Pompe haute pression pour suspension de vélo
Vêtements et équipement	Pompe haute pression pour suspension de vélo
Un copain/Une copine	Clé hexagonale de 2,5 mm

## 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 WORLD CUP

**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 le joint torique repère 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 modifier la pression pneumatique (Réglage du ressort pneumatique). Reportez-vous aux informations spécifiques notées ci-dessous pour optimiser le réglage de l'affaissement.

# GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER WORLD CUP

## RÉGLAGE DU RESSORT PNEUMATIQUE

La fourche pneumatique BoXXer est construite suivant le concept Solo Air de RockShox. Le concept Solo Air fait appel à une seule et unique valve Schrader pour remplir en une opération les chambres pneumatiques positives et négatives de la suspension.

**Important :** Il est recommandé de porter des lunettes de sécurité et des gants lors du changement de la pression du ressort pneumatique.

**1** Pour régler la pression du ressort pneumatique, déposez le capuchon de la valve pneumatique située en haut de la jambe de fourche du côté opposé à la chaîne. Vissez sur la valve pneumatique une pompe haute pression pour suspension de vélo. Référez-vous au tableau ci-dessous pour gonfler la chambre pneumatique à la pression désirée.

**Important :** Ne jamais utiliser un compresseur pour modifier la pression du ressort pneumatique de votre fourche.

POIDS DU CYCLISTE	PRESSIION SUGGÉRÉE	VOTRE PRESSIION
< 63 kg	2,8 bar	
63 à 72 kg	2,8-3,8 bar	
72 à 81 kg	3,8-4,8 bar	
81 à 90 kg	4,8-5,8 bar	
90 à 99 kg	5,8-6,9 bar	
>99 kg	6,9 bar ou plus*	

\* Ne dépassez pas 13,8 bar

**Remarque :** lors de l'ajout d'air à une fourche Solo Air, il est possible que l'utilisateur constate une chute soudaine de la pression d'air sur le cadran de sa pompe. C'est normal, cela indique que la pression entre les chambres positives et négatives vient de s'égaliser. Continuez à ajouter de l'air dans la fourche jusqu'à la pression désirée.

**2** Une fois que vous avez réglé la pression du ressort pneumatique, mesurez de nouveau l'affaissement en suivant les instructions notées ci-dessus. Si l'affaissement se trouve dans la plage de référence indiquée, notez les paramètres de pression du ressort pneumatique pour future référence. Si ce n'est pas le cas, répétez le processus de réglage de la pression du ressort pneumatique jusqu'à ce que vous ayez obtenu un affaissement correct.



**Le réglage du ressort pneumatique de votre suspension avant BoXXer World Cup est maintenant fini. Vous pouvez maintenant passer au réglage de l'amortissement du rebond.**

# GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER WORLD CUP

## 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 les molettes de réglage du rebond, situées 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

Les amortisseurs BoXXer World Cup sont équipés du système Dual Flow™ Adjust Rebound, qui permet d'ajuster indépendamment le rebond aussi bien en début qu'en fin de course.

**1 Rebond en début de course** - Contrôle la vitesse avec laquelle la fourche retrouve tout son débattement lors du passage sur des petites bosses qui la compressent sur les premiers 25 % de son débattement. Ce réglage permet de contrôler la vitesse de récupération de la fourche lors de petits chocs, ou d'améliorer l'efficacité du pédalage.

Si vous tournez la molette grise dans le sens indiqué par le « lapin » situé sur la décalcomanie de la molette de réglage de la vitesse du rebond, la fourche peut se détendre complètement plus rapidement. Si vous tournez la molette grise dans le sens indiqué par la « tortue », la fourche peut se détendre complètement plus lentement. Vous disposez de 24 clics pour effectuer le réglage.

**Important :** veillez à ce que la molette de réglage rouge du rebond en fin de course ne tourne pas pendant que vous manipulez la molette de réglage grise du rebond en début de course. Maintenez la molette de réglage rouge en place si nécessaire.

**2 Rebond en fin de course** - Contrôle la vitesse avec laquelle la fourche retrouve tout son débattement lors du passage sur des plus grosses bosses qui la compressent sur les 25-100 % de son débattement. Ce réglage permet de contrôler la vitesse de récupération de la fourche lors de gros chocs ou de réduire le contre-choc lors du passage sur un gros obstacle.

Si vous tournez la molette rouge de réglage du rebond en fin de course dans le sens indiqué par le « lapin » situé sur la décalcomanie de la molette de réglage 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 19 clics pour effectuer le réglage.

**Remarque :** la molette grise de réglage du rebond en début de course peut tourner pendant que vous manipulez la molette rouge de réglage du rebond en fin de course. Ceci est normal.

1

2



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



# GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER WORLD CUP

## 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 - MISSION CONTROL DH

La BoXXer World Cup est équipée du réglage de l'amortissement de la compression Mission Control DH qui permet d'ajuster de manière indépendante aussi bien l'amortissement de la compression à basse que celui à haute vitesse.

**1 Amortissement de la compression basse vitesse** - Contrôle la vitesse à laquelle la fourche s'enfonce quand la vitesse du plongeur de la fourche est lente. Ce réglage peut permettre d'obtenir une sensibilité maximale lors de petits chocs et de réduire les réactions parasites lorsque le vététiste bouge et se décale sur le vélo. Si vous tournez la petite molette de réglage argent, située en haut du tube de fourche du côté de la chaîne, dans le sens des aiguilles d'une montre, vous pouvez ajouter plus d'amortissement de la compression basse vitesse. Vous disposez de 4 tours entiers pour effectuer le réglage.

**Remarque :** si la molette bleue de réglage de la compression haute vitesse commence à tourner, cela signifie que vous êtes arrivé au bout de la plage de réglage disponible avec la molette de réglage de la compression basse vitesse.

**2 Amortissement de la compression haute vitesse** - Contrôle la vitesse à laquelle la fourche s'enfonce quand la vitesse du plongeur de la fourche est rapide. Ce réglage peut permettre d'obtenir un meilleur contrôle lors du passage par-dessus d'obstacles aux arêtes vives, ou lors de la réception de sauts élevés. Si vous tournez la grosse molette de réglage bleue, située en haut de la jambe de fourche du côté de la chaîne, dans le sens des aiguilles d'une montre, vous pouvez ajouter plus d'amortissement de la compression haute vitesse. Vous disposez de 12 clics pour effectuer le réglage.

**Remarque :** la molette argent de réglage de la compression basse vitesse tourne en même temps que la molette bleue pour compression haute vitesse. Ceci est normal et n'a aucune incidence sur le réglage de l'amortissement de la compression basse 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.

**Le réglage de la compression de votre fourche de suspension BoXXer World Cup est maintenant fini. Vous pouvez maintenant passer à la section sur les caractéristiques spéciales.**

**1**

**2**



# GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER WORLD CUP

## CARACTÉRISTIQUES SPÉCIALES

### BOUT DE COURSE – AJUSTEMENT DU VOLUME DU RESSORT PNEUMATIQUE

**1** En plus du réglage du taux du ressort pneumatique, la BoXXer World Cup offre le système de réglage du volume du ressort pneumatique en bout de course. Ce système permet de régler la fermeté de la fourche avant qu'elle n'arrive en butée lors des 20 % finaux de son débattement. Tournez la molette noire de réglage du talonnage, située en haut du tube de fourche du côté opposé à la chaîne, dans le sens des aiguilles d'une montre pour réduire le volume pneumatique en fin de débattement et pour augmenter la fermeté du ressort pneumatique de la fourche en fin de débattement et pour augmenter progressivement la résistance au talonnage. Tournez la molette noire de réglage du talonnage dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour augmenter le volume du ressort pneumatique en fin de débattement, et pour adoucir le ressort pneumatique en fin de débattement, et pour fournir une résistance constante au talonnage. Vous disposez de 7 tours entiers pour effectuer le réglage.

**Remarque :** Pour pouvoir tourner la molette de réglage noire de réglage du talonnage, insérez une clé Allen de 2,5 mm dans l'un des trous situé sur le côté de la molette et utilisez-la pour faire levier et faire tourner la molette. Si la molette refuse de bouger, il est peut-être temps d'évacuer toute la pression d'une fourche. Commencez par noter la pression pneumatique pour mémoire, puis dépressurisez complètement le système. Placez la molette noire de réglage sur le paramètre souhaité. Pour finir, regonflez la fourche jusqu'à ce que vous ayez retrouvé la pression pneumatique notée.

**Remarque :** le réglage du volume du ressort pneumatique en fin de course ne devrait avoir lieu qu'après avoir réglé correctement l'affaissement, l'amortissement du rebond et l'amortissement de la compression.

**1**



**Le réglage de la suspension avant BoXXer World Cup 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](http://www.rockshox.com) fréquemment pour recevoir plus d'indices et d'informations sur le réglage et des informations de service.