



BOXER_{RACE}

Guia de Ajustagem da Suspensão



GUIA DE AFINAÇÃO RÁPIDA DA BOXXER RACE

Estamos excitados, contentes e orgulhosos que tenha escolhido RockShox para a suspensão da sua bicicleta. Pode ter confiança em que a sua suspensão seja a melhor do mercado de hoje, porque os produtos RockShox são desenvolvidos e criados por engenheiros que adoram andar de bicicleta e que são tão apaixonados pela performance como você, o cliente.

As suspensões RockShox podem ser reguladas para melhor performance consoante o seu peso pessoal, o estilo de condução e o terreno. O nosso Guia de Ajuste contém recomendações de ação rápida para afinar o seu garfo BoXXer para que possa voltar rapidamente para os trilhos! Além disso, fornece informações completas sobre a regulação e afinação, que lhe vão permitir maximizar a performance da sua suspensão, personalizando a sensação e a resposta de cada um dos pontos de regulação disponíveis.

Todos os pontos de regulação são contados com o controlo de ajuste , começando na posição limite girando totalmente para o lado contrário ao da rotação dos ponteiros do relógio (Soft, -, )

BoXXer Race	PESO DO CICLISTA	MOLA SUGERIDA	COMPRESSÃO	RECUPERAÇÃO
	<63 kg	Prateada	1 clique	8 cliques
	63-72 kg	Amarela	2 cliques	10 cliques
	72-81 kg	Vermelha (Normal)	2 cliques	12 cliques
	81-90 kg	Azul	3 cliques	14 cliques
	>90 kg	Preta	4 cliques	16 cliques

Os meus pontos de regulação favoritos	PASSEIOS FAVORITOS	AJUSTE DA MOLA	COMPRESSÃO	RECUPERAÇÃO

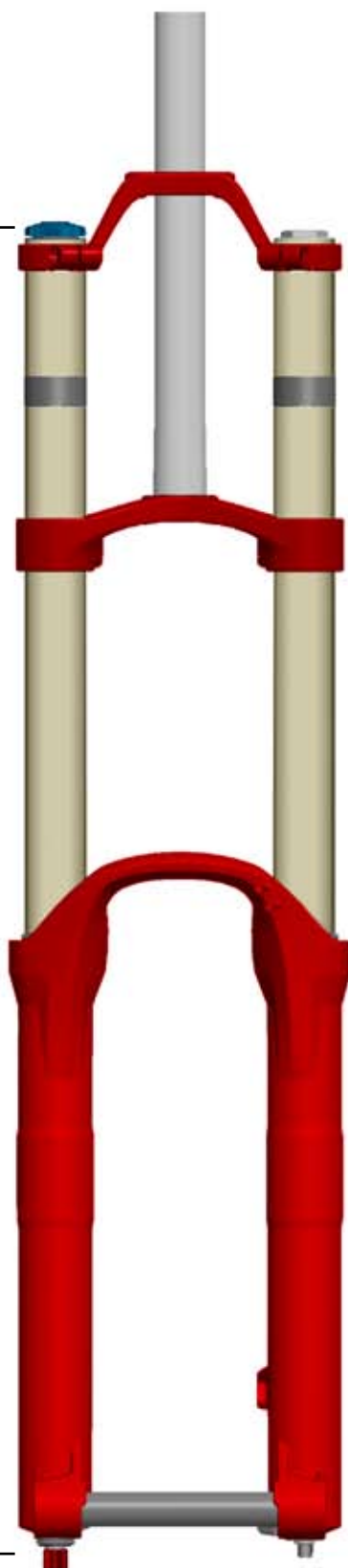
BOXXER RACE

Botão regulador da compressão

LADO COM CREMALHEIRAS

LADO SEM CREMALHEIRAS

Botão regulador da recuperação



GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

INTRODUÇÃO

Há três pontos de regulação primários que pode afinar na sua suspensão da frente (garfo). Lembre-se, sempre que afinar o seu garfo, de o fazer pela ordem seguinte:

1. Retracção - Afinar a mola
2. Amortecimento da recuperação
3. Amortecimento da compressão

COISAS DE QUE VAI PRECISAR PARA A AFINAÇÃO

Óculos de protecção	Chaves sextavadas de 2,5 e 4 mm
Luvas	Chave de caixa de 24 mm
Equipamento de ciclismo	Escova de massa lubrificante
Um amigo	Massa lubrificante

RETRACÇÃO - AFINAR A MOLA

A retracção (ou descaimento) é quanto o garfo se comprime quando você está sentado na sua bicicleta equipado com o seu equipamento normal de ciclismo. É importante regular a medida da retracção do seu garfo porque uma retracção apropriada melhora a capacidade da roda da frente para seguir o contorno variável do terreno conforme você avança com a bicicleta.

A retracção no seu garfo BoXXer deverá medir entre 20 e 30 por cento do curso máximo e está indicada pela escala marcada no tubo superior, do lado com cremalheiras.

MEDIR A RETRACÇÃO

1 Para medir a retracção, primeiro ajuste as funções de amortecimento da compressão, localizadas no topo da perna do garfo que está do lado das cremalheiras, para os seus pontos de regulação mais leves. Para fazer isto, rode cada um dos botões no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio (no sentido contrário ao da seta que diz "Hard") até que ele pare.

1



2 Ponha um amigo a segurar firmemente a sua bicicleta na posição vertical, enquanto você está sentado na bicicleta, tendo em si o seu equipamento normal de ciclismo.

2



GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

3 Ponha-se de pé apoiado nos pedais e balance o peso do seu corpo para a frente e para trás na bicicleta, activando a suspensão, e depois fique parado apoiando-se nos pedais. Sugerimos que accione os travões durante este processo, para que não role para trás acidentalmente nem bata com a cabeça no seu amigo.

3



4 Continue a manter-se parado sobre os pedais e faça com que o seu amigo deslize o anel O-ring indicador para baixo contra o vedante de limpeza. Isto pode ser complicado, e diga ao seu amigo que seja rápido!

4



5 Cuidadosamente desmonte e saia fora da bicicleta e compare a localização do O-ring indicador de curso contra o valor da retracção na escala marcada no tubo superior. Essa medida corresponde à retracção, para o seu caso.

5



Se não for capaz de afinar o seu garfo para que tenha uma retracção dentro dos limites indicados, poderá ter que substituir a mola helicoidal (afinação da mola helicoidal). Use as informações específicas para a afinação que se seguem para conseguir uma retracção apropriada.

GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

AFINAÇÃO DA MOLA HELICOIDAL

Os garfos BoXXer com molas helicoidais oferecem várias opções de molas helicoidais, cada uma delas identificada com uma cor única, que permite aos ciclistas de pesos diferentes afinar os seus garfos para uma medida apropriada da retracção. Utilize a tabela abaixo como orientação para determinar qual a mola helicoidal que serve melhor para o seu caso. Se a mola helicoidal na tabela tiver uma cor diferente da que você actualmente tem, vai precisar de substituir a sua mola helicoidal.

Importante: Quando substituir a sua mola helicoidal, recomendamos que ponha óculos de protecção e luvas.

PESO DO CICLISTA	COR DA MOLA
<63 kg	Prateada
63-72 kg	Amarela
72-81 kg	Vermelha (Normal)
81-90 kg	Azul
>99 kg	Preta

SUBSTITUIR A MOLA HELICOIDAL

1 Use uma chave sextavada de 4 mm para afrouxar o perno da coroa superior localizado na perna do garfo, do lado sem cremalheiras. Não retire o perno.

1



2 Use uma chave de caixa de 24 mm para afrouxar e retirar a tampa superior localizada na perna do garfo, do lado sem cremalheiras. Tenha cuidado para não danificar o anel vedante O-ring da tampa superior ao retirá-lo. Se o anel vedante O-ring da tampa superior for danificado ao ser retirado, terá de o substituir por um novo anel O-ring.

2



GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

- 3** Comprima o garfo ligeiramente para ter acesso aos espaçadores de pré-carga que se apoiam sobre o cimo da mola helicoidal e retire os espaçadores de pré-carga com a mão.

3



- 4** Comprima ligeiramente o garfo outra vez, para ter acesso à mola helicoidal, e retire-a com a mão.

4



- 5** Identifique a extremidade mais enrolada da nova mola helicoidal. Use uma escova para massa lubrificante e aplique uma quantidade generosa de massa lubrificante em todo o comprimento da nova mola helicoidal. Instale a mola helicoidal, com a extremidade mais enrolada da mola helicoidal para diante, para dentro do tubo superior.

5

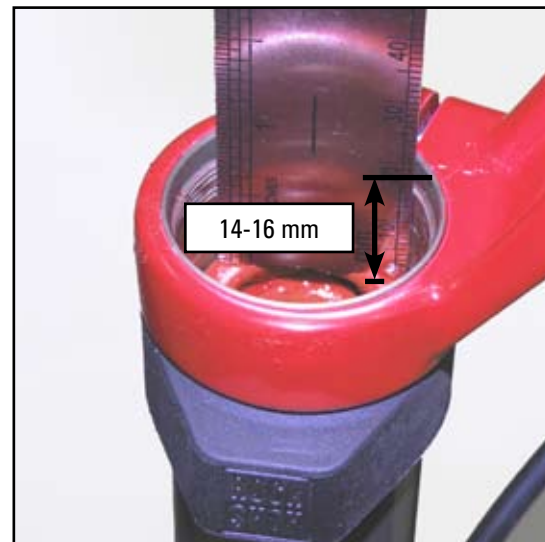


GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

6 Use uma régua para medir a distância do cimo da mola helicoidal até ao cimo do tubo superior. Esta distância deverá ser pelo menos 14 mm mas não mais de 16 mm. Se a medida for maior que 16 mm, acrescente espaçadores de carga prévia até que a medida fique entre 14 e 16 mm (cada espaçador de carga prévia tem uma espessura de 2 mm).

Nota: Se a distância for maior que 16 mm e não for corrigida, a mola helicoidal irá ter uma folga que lhe permite mover-se para cima e para baixo no tubo superior, e o garfo vai fazer um ruído de 'bater'. Se a distância for menor que 14 mm, a mola helicoidal vai encavar no tubo superior, o poderá acarretar danos na mola helicoidal.

6



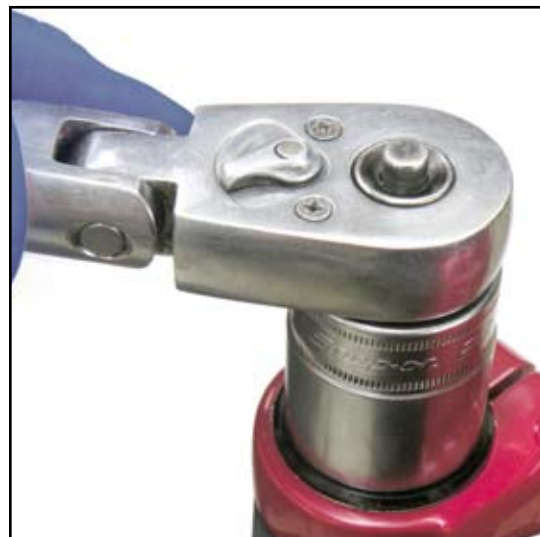
7 Insira a tampa superior na coroa e enrosque à mão a tampa superior no tubo superior. Tenha cuidado para não danificar o anel vedante O-ring da tampa superior ao fazer a instalação.

7



8 Use uma chave de caixa de 24 mm e aperte a tampa superior a 7,3 N·m.

8



GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

9 Use uma chave sextavada de 4 mm e aperte o perno da coroa superior a 5,1 - 9,0 N·m.

9



10 Uma vez que tenha substituído a mola helicoidal, volte a medir a sua retracção, de acordo com as instruções anteriores, para assegurar que a sua retracção esteja agora dentro dos limites indicados.

Com isto completou a afinação da mola helicoidal da sua suspensão da frente BoXXer Race. Está agora pronto para passar para o Amortecimento da Recuperação.

GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

AMORTECIMENTO DA RECUPERAÇÃO

O amortecimento da recuperação controla a velocidade à qual o garfo retoma a sua extensão máxima depois de uma compressão. Para regular o amortecimento da recuperação, use os botões de regulação da recuperação, localizados no fundo da perna do garfo, do lado com cremalheiras. Quando estiver a regular a recuperação, lembre-se de que os esforços num trilho do mundo real são muito diferentes do ciclismo num parque de estacionamento. A melhor maneira de afinar a recuperação é comparar as regulações num trajecto familiar do trilho.

Sugerimos que comece a sua afinação regulando o seu garfo para recuperar tão depressa quanto possível mas sem “atingir o limite superior do curso” nem dar coices. Isto permite ao seu garfo seguir os contornos do trilho, com um máximo de estabilidade, tracção e controlo. A partir daí, faça pequenos ajustes até encontrar um ponto de regulação que seja adequado ao seu estilo de ciclismo. Lembre-se de que se o amortecimento de recuperação for regulado para excessivamente lento, o garfo irá “acumular” em ressaltos sucessivos, essencialmente reduzindo o curso e fazendo com que o garfo vá ao fim do curso para baixo.

Para regular o amortecimento da recuperação, consulte as directivas que se seguem.

REGULAR A RECUPERAÇÃO

1 Rode o botão de regulação vermelho na direcção da figura do “coelho”, que está no autocolante da velocidade de recuperação, para fazer com que o garfo regresse à sua extensão completa mais rapidamente. Rode o botão de regulação vermelho na direcção da figura da “tartaruga”, para fazer com que o garfo regresse à sua extensão completa mais devagar.. Tem disponíveis 18 cliques de regulação.

Com isto completou a afinação da recuperação da sua suspensão da frente BoXXer Race. Está agora pronto para passar para o amortecimento da compressão.

1



GUIA DE AFINAÇÃO DA BOXXER RACE

AMORTECIMENTO DA COMPRESSÃO

O amortecimento da compressão controla a rapidez com que o garfo se comprime. Quanto mais amortecimento da compressão o garfo tiver, tanto mais devagar ele irá responder e tanto mais resistência ele terá ao seguir os esforços do terreno, fazendo com que o garfo se sinta “duro”. Quanto menos amortecimento da compressão o garfo tiver, tanto mais depressa ele irá responder e tanto menos resistência ele terá ao seguir os esforços do terreno, fazendo com que o garfo se sinta “macio”. A regulação do amortecimento da compressão pode ser usada para ajudar a combater os efeitos da travagem forte (afocinhar com a travagem) ou da força centrífuga nas curvar muito apertadas (agachar-se).

REGULAÇÃO DA COMPRESSÃO - MOTION CONTROL IS

1 Para acrescentar mais amortecimento na compressão, rode o botão de afinação azul, localizado no lado com cremalheiras da coroa do garfo, no sentido dos ponteiros do relógio, em direcção ao sinal '+'. Procure o ponto de regulação do botão de afinação que melhor sirva o nível de amortecimento da compressão que você deseja. Tem disponíveis 10 cliques de regulação.

Nota: A regulação do amortecimento da compressão não afecta a performance do seu garfo quando ele recebe um impacto que cria alta velocidade no eixo.

Importante: Quando guardar a bicicleta ou o garfo de pernas para o ar ou deitando de lado, o óleo contido no tubo superior pode juntar-se acima do conjunto do amortecedor da compressão. Quando a bicicleta ou o garfo voltarem a ser colocados na posição normal de condução, a performance inicial do sistema de amortecimento da compressão poderá não ser a mais perfeita. Para fazer voltar o funcionamento óptimo, basta comprimir o seu garfo 10 a 20 vezes.

1



Completou a afinação da sua suspensão de frente BoXXer Race. Parabéns, está na altura de conduzir a bicicleta!

CONCLUSÃO

Queremos agradecer-lhe de novo por ter escolhido RockShox para a suspensão da sua bicicleta. RockShox está dedicada à qualidade da sua condução. Esperamos que este guia de afinação o tenha ajudado a explorar a total capacidade de afinação da sua suspensão da frente BoXXer e tenha aberto o seu mundo para possibilidades de maior performance; de maneira que possa ter uma condução melhor e mais controlada.

Por favor visite frequentemente www.rockshox.com para obter mais conselhos rápidos e informações do serviço de assistência.