

GARMIN®

RALLY™ 110/210

Käyttöopas

© 2025 Garmin Ltd. tai sen tytäryhtiöt

Kaikki oikeudet pidätetään. Tekijänoikeuslakien mukaisesti tätä opasta ei saa kopioida kokonaan tai osittain ilman Garmin kirjallista lupaa. Garmin pidättää oikeuden muuttaa tai parannella tuotteitaan sekä tehdä muutoksia tämän oppaan sisältöön ilman velvollisuutta ilmoittaa muutoksista tai parannuksista muille henkilöille tai organisaatioille. Osoitteessa www.garmin.com on uusimmat päivitykset ja lisätietoja tämän tuotteen käyttämisestä.

Garmin®, Garmin logo, ANT+® ja Edge® ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden rekisteröityjä tavaramerkkejä Yhdysvalloissa ja muissa maissa. Garmin Connect™ ja Rally™ ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkkejä. Näitä tavaramerkkejä ei saa käyttää ilman Garminin nimenomaista lupaa.

Sana Bluetooth® ja vastaavat logot ovat Bluetooth SIG Inc:n omaisuutta, ja Garminilla on lisenssi niiden käyttöön. Training Stress Score™ (TSS), Intensity Factor™ (IF) ja Normalized Power™ (NP) ovat Peaksware LLC:n tavaramerkkejä. Muut tavamerkit ja tuotenimet kuuluvat omistajilleen.

FCC-tunnus sijaitsee akselissa poljinrungon alapuolella. FCC-tunnus: IPH-04537

M/N: A04537

Sisällysluettelo

Aloittaminen.....	1	Poljinten tehdasasetusten palauttaminen.....	20
Tarvittavat työkalut ja tarvikkeet.....	1	Huolto ja ylläpito.....	20
Rally 110/210 poljinten pariliitos.....	1	Akkuvirran säästäminen matkustustilassa.....	20
Garmin Connect sovelluksen käytön aloittaminen.....	1	Matkustustilan poistaminen käytöstä.....	21
Pariliitos Garmin Connect sovellukseen.....	2	Poljinten puhdistaminen ja rasvaaminen.....	21
Rally 110/210 poljinten suojattu pariliitos ilman Garmin Connect sovellusta.....	3	Rally 110/210 poljinten huoltaminen...	21
Pariliitos kelloon tai pyörätietokoneeseen.....	5	Rally 110 järjestelmän päivittäminen.....	21
Avointen yhteyksien salliminen.....	6	Uuden akselin käynnistäminen.....	22
Kammen pituuden määrittäminen.....	6	Uuden akselin asentaminen.....	22
Poljinten asentaminen.....	7	Uuden akselin pariliitos Garmin Connect sovelluksella.....	23
Kenkien kiinnikkeet.....	9	Lisätietojen saaminen.....	24
Kengän kiinnikkeiden asentaminen Rally RK ja Rally RS poljinrunkoja varten.....	9	Tekniset tiedot.....	24
Kengän kiinnikkeiden asentaminen Rally XC poljinrunkoja varten.....	10	Tilan merkkivalo.....	24
Kirstysruuvien säätäminen.....	11	Latausvaatimukset.....	25
Heijastintarrojen kiinnittäminen.....	12		
Akun lataaminen.....	13		
Latauksen tilan merkkivalo.....	13		
Pyöräilyn dynamiikka.....	14		
Voimatiedot.....	14		
Pedal IQ™ älykalibrointi.....	14		
Poljinten kalibrointi Garmin Connect sovelluksella.....	14		
Tietokentät.....	15		
Poljinrunkojen vaihtaminen.....	18		
Järjestelmäasetukset.....	19		
Lisäasetukset.....	20		
Ohjelmistopäivitysten tarkistaminen...	20		

Aloittaminen

⚠ VAROITUS

Lue lisätietoja varoituksista ja muista tärkeistä seikoista laitteen mukana toimitetusta *Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja* -oppaasta.

Rally 110/210 polkimet toimitetaan matkustustilassa akkuvirran säästämiseksi. Poista matkustustila käytöstä ennen poljinten määrittystä liittämällä ne virtalähteeseen (*Matkustustilan poistaminen käytöstä, sivu 21*).

- 1 Asenna tarvittaessa Garmin Connect™ sovellus puhelimeen ja kirjaudu Garmin® tilillesi (*Garmin Connect sovelluksen käytön aloittaminen, sivu 1*).
- 2 Pariliitä polkimet Garmin Connect sovellukseen (*Pariliitos Garmin Connect sovellukseen, sivu 2*).
- 3 Pariliitä polkimet yhteensopivaan kelloon tai pyörätietokoneeseen (*Pariliitos kelloon tai pyörätietokoneeseen, sivu 5*).
- 4 Määritä kammien pituus (*Kammien pituuden määrittäminen, sivu 6*).
- 5 Asenna polkimet pyörään (*Poljinten asentaminen, sivu 7*).
- 6 Asenna mukana toimitetut kenkien kiinnikkeet ajokenkiisi (*Kenkien kiinnikkeet, sivu 9*).
- 7 Kiinnitä polkimiin heijastintarrat (*Heijastintarrojen kiinnittäminen, sivu 12*).

Tarvittavat työkalut ja tarvikkeet

- 15 mm:n jakoavain
- Polkupyörärasvaa
- Kaksisuuntainen momenttiavain 5–10 N-m (44–88 lbf-in.) ja 5 mm:n kuusioporanterä
- Kaksisuuntainen momenttiavain 35 N-m (26 lbf-ft.) ja 15 mm:n avolenkkiavain (suositellaan tarkkoja teholumkia varten)

Rally 110/210 poljinten pariliitos

Pariliitä polkimet Garmin Connect sovellukseen, jotta saat uusimmat ohjelmistopäivitykset ja voit pariliittää polkimet suojatusti muihin laitteisiin.

Garmin Connect sovelluksen käytön aloittaminen

- 1 Lataa ja asenna Garmin Connect sovellus skannaamalla QR-koodi puhelimella.



- 2 Avaa Garmin Connect sovellus.
- 3 Kirjaudu sisään tai luo uusi Garmin tili.

Lisätietoja Garmin Connect sovelluksesta on osoitteessa garmin.com/garminconnect_help.

Pariliitos Garmin Connect sovellukseen

1 Herätä polkimet pyörittämällä poljinkampea.

HUOMAUTUS: jos polkimen tilan merkkivalo ei ala vilkkua, polkimet ovat ehkä matkustustilassa (*Matkustustilan poistaminen käytöstä, sivu 21*).

2 Valitse vaihtoehto:

- Jos vasemman polkimen tilan merkkivalo vilkkuu , polkimet ovat suojatussa pariliitostilassa. Siirry vaiheeseen 3.
- Jos vasemman polkimen tilan merkkivalo vilkkuu  tai , ota käyttöön suojattu pariliitostila (*Rally 110/210 poljinten suojattu pariliitos ilman Garmin Connect sovellusta, sivu 3*).

3 Aloita Rally 110/210 poljinten pariliitos Garmin Connect sovellukseen valitsemalla vaihtoehto:

- Skannaa QR-koodi puhelimella.



- Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Lisää laite**.

4 Valitse **Yhdistä laite**.

5 Seuraa näytön ohjeita.

Rally 110/210 poljinten suojattu pariliitos ilman Garmin Connect sovellusta

Jos olet jo pariliittänyt Rally 110/210 polkimet Garmin Connect sovelluksiin mutta et voi käyttää enää mobiililaitetta tai sen Garmin Connect sovellusta, voit ottaa käyttöön suojatun pariliitostilan ohjeiden mukaisesti.

- 1 Irrota vasen poljin pyörästä.
- 2 Aktivoi poljin liikuttamalla ja pyörittämällä sitä.

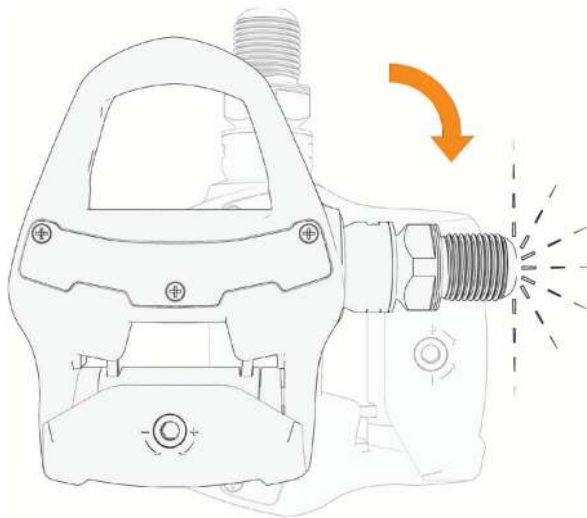
Tilan merkkivalo vilkkuu  tai .

VIHJE: jos polkimen tilan merkkivalo ei ala vilkkua, voit aktivoida polkimen liittämällä sen hetkeksi virtalähteeseen. Irrota poljin virtalähteestä, ennen kuin jatkat vaiheeseen 3.

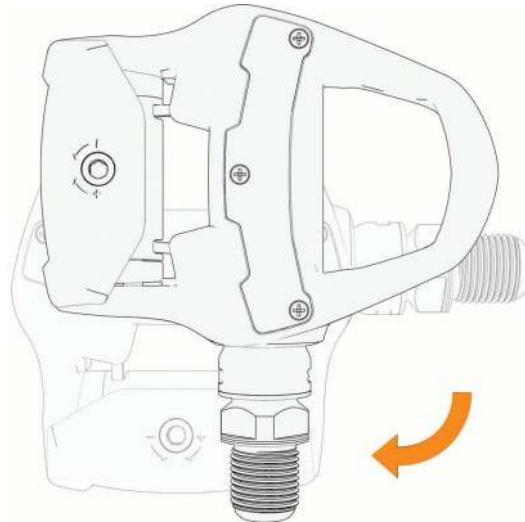
- 3 Pidä poljinta vaakasuunnassa 2 sekuntia.
- 4 Käännä poljinta 90 astetta ja pidä sitä kierteinen pää ylöspäin 2 sekuntia.



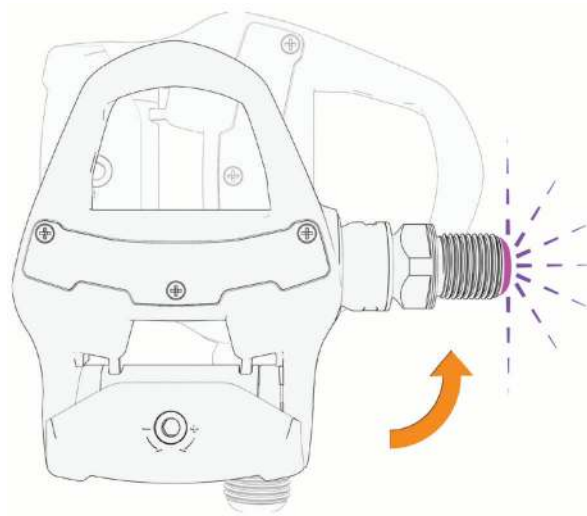
- 5 Käännä poljinta 90 astetta ja pidä sitä kierteinen pää sivulla 2 sekuntia.




6 Käännä poljinta 90 astetta ja pidä sitä kierteinen pää alaspäin 2 sekuntia.



7 Käännä poljinta 90 astetta takaisin kierteinen pää taas sivulla.



Tilan merkkivalo vilkkuu , mikä tarkoittaa suojattua pariliitostilaa.

- 8 Aloita Rally 110/210 poljinten pariliitos Garmin Connect sovellukseen valitsemalla vaihtoehto:
- Skannaa QR-koodi puhelimella.



- Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Lisää laite**.

9 Valitse **Yhdistä laite**.

10 Seuraa näytön ohjeita.

Pariliitos kelloon tai pyörätietokoneeseen

Ennen kuin voit pariliittää Rally 110/210 polkimet kelloon tai pyörätietokoneeseen, sinun on pariliitettävä polkimet Garmin Connect sovellukseen (*Pariliitos Garmin Connect sovellukseen, sivu 2*).

Voit pariliittää Rally 110/210 polkimet suojattua pariliitosta tukevaan laitteeseen näillä ohjeilla. Voit katsoa ajantasaisen luettelon suojattuja yhteyksiä tukevista Garmin laitteista ja lisätietoja avoimista ja suojatuista yhteyksistä osoitteesta garmin.com/connectiontypes.

Jos haluat pariliittää laitteeseen, joka ei tue suojattua pariliitosta, sinun on ensin määritettävä polkimet sallimaan avoimet yhteydet (*Avointen yhteyksien salliminen, sivu 6*).

1 Herätä polkimet pyörittämällä poljinkampea.

Tilan merkkivalo vilkkuu .

2 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210**.

3 Valitse **Pariliitostila** > **Ota käyttöön pariliitostila**.

Tilan merkkivalo vilkkuu .

4 Yhdistä Rally 110/210 polkimet uudeksi anturiksi kellon tai pyörätietokoneen ohjeiden mukaisesti.

Kun olet pariliittänyt polkimet yhteensopivaan kelloon tai pyörätietokoneeseen, varmista tarkka tehon mittaus määrittämällä oikea kammien pituus (*Kammien pituuden määrittäminen, sivu 6*).

Avointen yhteyksien salliminen

Rally 110/210 polkimet tukevat suojattuja Bluetooth® yhteyksiä yhteensopiviin laitteisiin. Jos haluat pariliittää Rally 110/210 polkimet vanhempiin laitteisiin, jotka eivät tue suojattua pariliitosta, sinun on määritettävä polkimet sallimaan avoimet yhteydet.

- 1 Herätä polkimet tarvittaessa pyörittämällä poljinkampia.
Tilan merkkivalo vilkkuu vihreänä.
- 2 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210**.
- 3 Valitse **Yhteystyyppi** > **Salli avoimet yhteydet**.

Rally 110/210 polkimen tilan merkkivalo välähtää kolme kertaa, kun poljin on vapaa ja sallii avoimet yhteydet. Voit pariliittää laitteen lisäämällä Rally 110/210 polkimet uudeksi anturiksi.

HUOMAUTUS: vaikka olet sallinut avoimet yhteydet, voit silti ottaa käyttöön suojatun pariliitostilan ja pariliittää suojatusti tuettuihin laitteisiin.

Kammen pituuden määrittäminen

Varmista tarkka tehon laskenta antamalla kammen oikea pituus. Jos et määritä kammen pituutta, Rally 110/210 polkimet käyttävät oletusarvoista kammen pituutta 172,5 mm (6,79 tuumaa).

- 1 Herätä polkimet pyörittämällä poljinkampea.
- 2 Avaa Garmin kellossa tai pyörätietokoneessa Rally 110/210 poljinten anturiasetukset.
Lisätietoja on kellon tai pyörätietokoneen käyttöoppaassa.
- 3 Valitse **Kammen pituus**.

HUOMAUTUS: jos kello tai pyörätietokone ei tue kammen pituuden antamista, voit antaa kammen pituuden Garmin Connect sovelluksessa (*Kammen pituuden määrittäminen Garmin Connect sovelluksella, sivu 6*).

- 4 Anna kammen pituus.

VIHJE: kammen pituus on usein painettuna kampeen.

Kammen pituuden määrittäminen Garmin Connect sovelluksella

HUOMAUTUS: jos olet määrittänyt kammen pituuden yhdistetystä kellosta tai pyörätietokoneesta, Garmin Connect sovelluksessa määritetty uusi kammen pituusasetus ei vaikuta mitenkään. Asetus on vaihdettava kellosta tai pyörätietokoneesta.

- 1 Herätä polkimet pyörittämällä poljinkampea.
- 2 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210**.
- 3 Valitse **Järjestelmä** > **Kammen pituus**.
- 4 Määritä kammen pituus ja valitse **OK**.

VIHJE: kammen pituus on usein painettuna kampeen.

Poljinten asentaminen

Näissä ohjeissa näkyy Rally RK poljinrunko. Ohjeet ovat samat kaikille Rally 110/210 poljinrungoille.

HUOMAUTUS

Älä asenna Rally 110/210 poljinten mukana poljjinalustoja tai -jatkoksia. Poljjinalustat tai -jatkokset voivat vioittaa akselien elektroniikkaa ja aiheuttaa siten toimintavikoja.

HUOMAUTUS: asenna oikea poljin ensin.

- 1 Levitä polkimen akselin kierteisiin ohut kerros rasvaa.



HUOMAUTUS

Levitä polkimen kierteisiin rasvaa ennen asennusta. Poljinten asentaminen ilman rasvaa voi vioittaa tuotetta.

- 2 Aseta akseli poljinkampeen.
- 3 Kiristä akseli käsin.
- 4 Kiristä akseli 15 mm:n jakoavaimella.



HUOMAUTUS: varmista tarkka tehonmittaus kiristämällä polkimet poljinkampiin suositeltuun kireyteen 35 N-m (26 lbf-ft.).

- 5 Asenna vasen poljin vastaavasti.

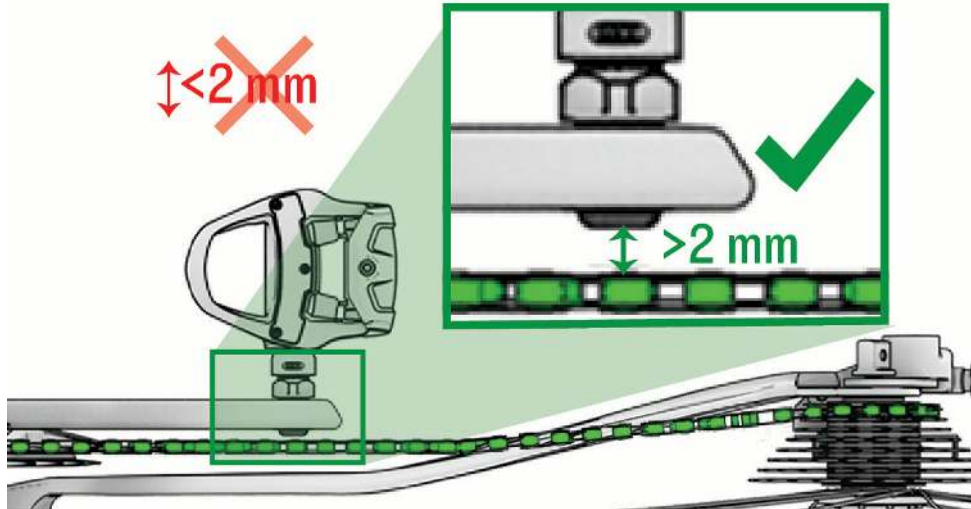
HUOMAUTUS: vasemman polkimen akselin kierre on vasenkätinen (käänteinen).

- 6 Siirrä pyörän ketju isoimmalle rattaalle ja takavaihtajan pienimmälle rattaalle.

7 Tarkista liikkumisvara pyörittämällä poljinkampea.

HUOMAUTUS

Varmista, että polkimen akseli on vähintään 2 mm:n päässä pyörän muista osista, kuten ketjusta, osasarjasta tai rungosta. Jos jokin pyörän rungon, ketjun tai osasarjan kohta osuu akseliin ajaessasi, akselin elektroniikka voi vioittua ja aiheuttaa toimintavian.



8 Tarvittaessa voit lisätä liikkumisvaraa ja varmistaa poljinten tasaisuuden lisäämällä kummankin akselin ja poljinkammen väliin aluslevy (mukana).

⚠ VAROITUS

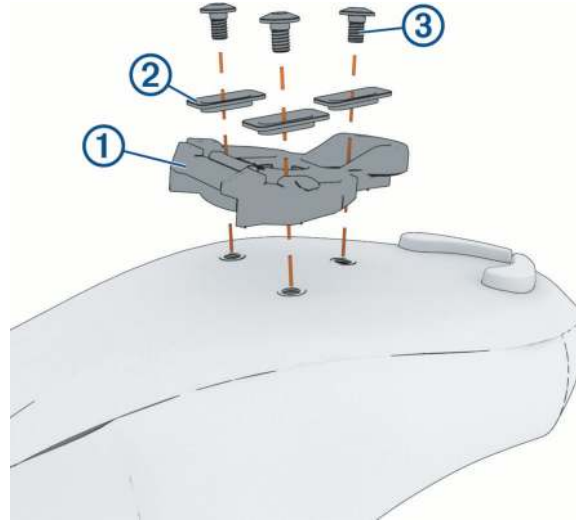
Käytä kummassakin polkimessa enintään yhtä aluslevyä. Sitä useamman aluslevyn lisääminen saattaa kuormittaa polkimen akselia ja kierteitä liikaa, mikä voi aiheuttaa tuotteeseen vian, omaisuusvahinkoja, tai vakavan vamman.

Kenkien kiinnikkeet

Kengän kiinnikkeiden asentaminen Rally RK ja Rally RS poljinrunkoja varten

HUOMAUTUS: vasemman- ja oikeanpuoleiset kiinnikkeet ovat samanlaiset.

- 1 Levitä ohut kerros öljyä kiinnikkeen pulttien kierteisiin.
- 2 Kohdista kiinnike ①, aluslevyt ② ja pultit ③.



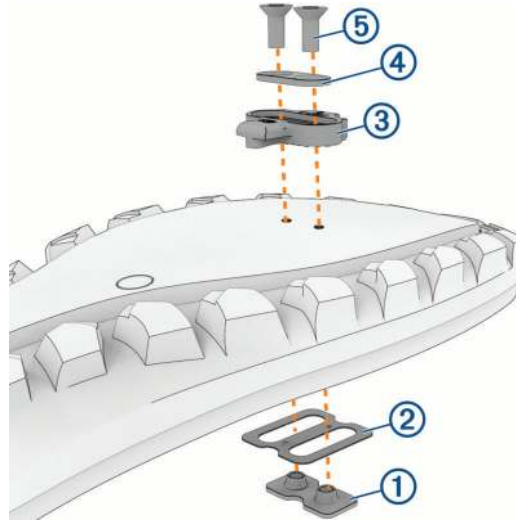
- 3 Kiinnitä 4 mm:n kuusiokoloavaimella jokainen pultti kevyesti kengän pohjaan.
- 4 Säädä kiinnike kenkään haluamaasi asentoon.
Tämä on säädettävissä koeajon jälkeen.
- 5 Kiristä kiinnike tiukasti kenkään.

HUOMAUTUS: Garmin suosittelee kiristysmomenttia 5–8 N-m (4–6 lbf-ft).

Kengän kiinnikkeiden asentaminen Rally XC poljinrunkoja varten

HUOMAUTUS: vasemman- ja oikeanpuoleiset kiinnikkeet ovat samanlaiset.

- 1 Nosta kengän pohjallista tarvittaessa ja aseta paikoilleen kaksireikäinen kiinnikkeen pidike ① ja pohjallisuuslevy ②.
- 2 Levitä ohut kerros öljyä kiinnikkeen pulttien kierteisiin.
- 3 Kohdista kiinnike ③, aluslevy ④ ja pultit ⑤.



- 4 Kiinnitä 4 mm:n kuusiokoloavaimella jokainen pultti kevyesti kengän pohjaan.
- 5 Säädä kiinnikkeen asentoa tarvittaessa.
Voit säätää kiinnikkeen asentoa koeajon jälkeen.
- 6 Kiinnitä kiinnike kenkään tukevasti kiristämällä pultit.

HUOMAUTUS: Garmin suosittelee kiristysmomenttia 5–8 N-m (4–6 lbf-ft.).

Kiristysruuvien säätäminen

⚠ VAROITUS

Jos säädät kiristysruuvien liian tiukalle, kengän kiinnikkeen nopea irrottaminen polkimesta vaikeutuu, mikä saattaa aiheuttaa vamman, jos kaadut. Jos säädät kiristysruuvien liian löysälle, kengän kiinnike saattaa irrota polkimesta vahingossa, mikä voi aiheuttaa vakavan vamman, jos kaadut. Harjoittele kengän lukitsemista polkimeen ja irrottamista siitä useita kertoja ennen ajamista. Pidä toinen jalka maassa.

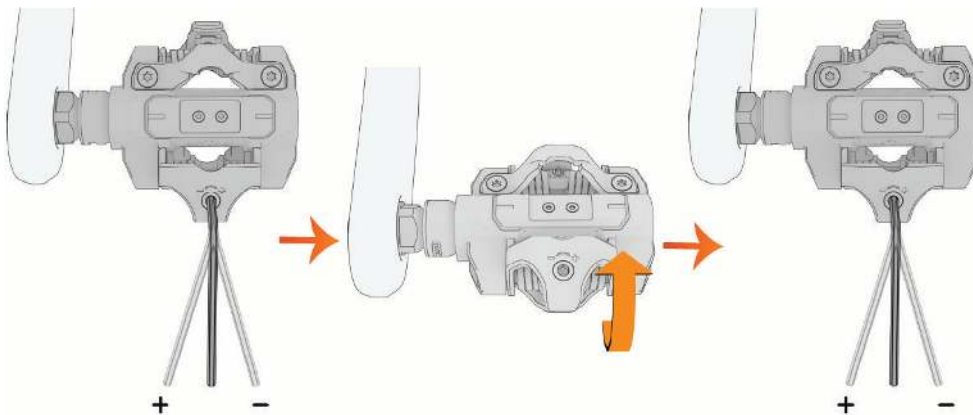
HUOMAUTUS

Älä kiristä kiristysruuveja liian tiukalle. Kiristysruuvien kiristäminen liian tiukalle saattaa vahingoittaa tuotetta.

- Säädä Rally RS tai Rally RK poljinrunkojen kiristysruuvia 3 mm:n kuusiokoloavaimella.



- Säädä Rally XC poljinrunkojen kiristysruuvit 3 mm:n kuusiokoloavaimella yhtä tiukalle polkimien kummallakin puolella.



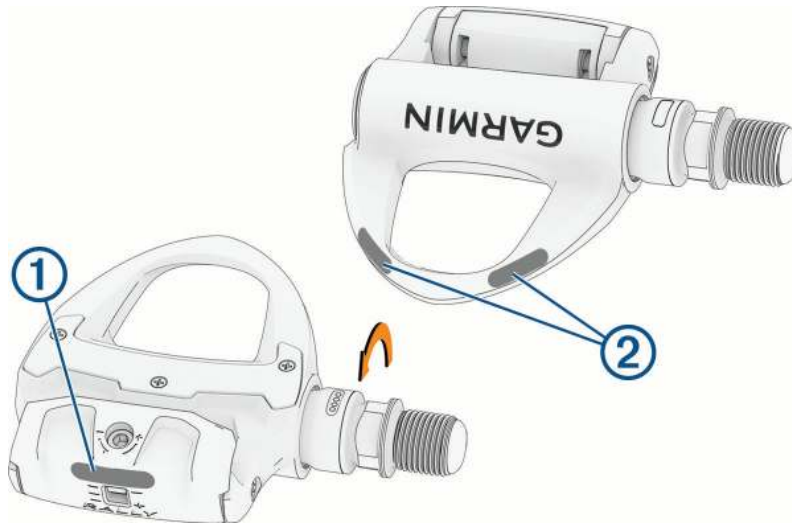
Kiristä ruuvit yhtä tiukalle molemmissa polkimissa, jotta kengän kiinnikkeiden kiinnitys ja irrotus sujuu kätevästi kummallakin puolella.

Heijastintarrojen kiinnittäminen

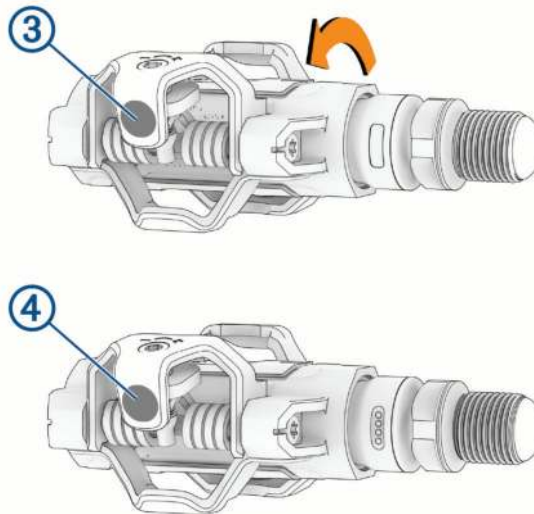
⚠ VAROITUS

Ennen kuin ajat yöllä tai vähäisessä valossa, kiinnitä heijastintarrat (toimitettu mukana) polkimiin, jotta näyt paremmin ja noudatat sovellettavia säädöksiä.

- Kiinnitä Rally RS ja Rally RK polkimiin yksi tarra kantapidikkeeseen ① ja kaksi tarraa polkimen runkoon ②.



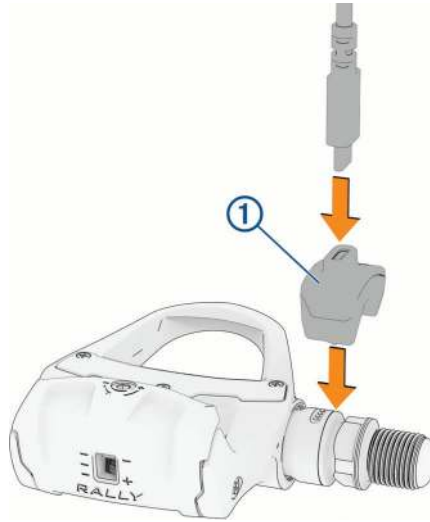
- Kiinnitä Rally XC polkimissa tarra ③, käännä poljin ja kiinnitä toinen tarra ④.



Akun lataaminen

HUOMAUTUS: Garmin suosittelee, että laite ladataan USB-C® portin tai vaihtovirtamuuntajan kautta, jonka teho on 2–2,5 wattia.

- 1 Liitä USB-C kaapeli lataussovittimeen ①.



- 2 Liitä lataussovitin polkimen akseliin sovittimen nastat akselin latausliitinpintojen kohdalla.
- 3 Liitä USB-C kaapelin toinen pää virtalähteeseen, kuten latausporttiin tai vaihtovirtamuuntajaan (ei mukana). Akselin kierteisessä päässä oleva merkkivalo ilmaisee latauksen tilan vilkkumalla ■.
- 4 Toista vaiheet toiselle akselille (vain Rally 210 mallit).

Latauksen tilan merkkivalo

Tilan merkkivalo ① osoittaa akun varaustason latauksen aikana.



Vilkkuu nopeasti ■	Varaustaso alle 20 %.
Vilkkuu ■ sekunnin välein	Varaustaso 20–90 %.
Vilkkuu ■ kahden sekunnin välein	Varaustaso yli 90 %.
Palaa ■	Ladattu täyteen.

Pyöräilyn dynamiikka

Käyttämällä kahden anturin poljinperustaista tehomittarijärjestelmää, kuten Rally 210 polkimia, saat käyttöösi edistyksellisiä harjoittelutietoja eli pyöräilyn dynamiikkatietoja. Pyöräilyn dynamiikkatiedoista saat tietoa siitä, miten kohdistat voimaa polkimiin ja miten suorituskykyysi muuttuu, mm. asentosi, pyörän kokoonpanon ja ajon keston perusteella.

Oikean/vasemman tasapaino: seuraa kumpaankin polkimeen kohdistetun kokonaistehon prosenttiosuutta.

Tehovaihe: seuraa tehovaiheen (sitä poljennan osaa, jossa tuotat positiivista tehoa) alkua ja loppua.

Istuma-/seisoma-asento: seuraa ajoasentoasi ajon aikana.

Poikkeama osan keskikohdasta: seuraa, miten voima jakautuu poljinosaan poljennan aikana. Tätä mitataan millimetreinä poljinosan keskiviivasta.

Voit tarkastella pyöräilyn dynamiikkatietoja yhteensopivan Edge® laitteen tietokentässä ajon aikana (*Tietokentät, sivu 15*). Kun olet tallentanut ja synkronoinut ajosi, voit analysoida pyöräilyn dynamiikkatietoja Garmin Connect tililläsi.

Lisätietoja Garmin laitteiden tukemista pyöräilytehomittauksista on osoitteessa garmin.com/garmin-technology/cycling-science/.

Voimatiedot

Rally 110/210 polkimet mittaavat newtoneina, miten paljon voimaa kohdistat poljinosiin. Voimatiedoista näet, miten eri tekijät vaikuttavat voimantuottokykyysi. Näet esimerkiksi, miten paljon voimaa tarvitaan 300 watin tuottamiseen, kun kierrosluku on 60 suhteessa kierroslukuun 100.

Voit tarkastella voimatietoja yhteensopivassa Garmin laitteessa ajon aikana (*Tietokentät, sivu 15*). Kun olet tallentanut ja synkronoinut ajosi, voit analysoida pyöräilyn dynamiikkatietoja Garmin Connect tililläsi.

Pedal IQ™ älykalibrointi

Rally 110/210 polkimet on kalibroitava ajoittain, jotta teholumemat pysyvät täsmällisinä. Polkimet kalibroituvat oletusarvoisesti automaattisesti ollessaan vapaana, kun esimerkiksi valmistaudut ajamaan.

Yhteydessä yhteensopivaan Garmin kelloon tai pyörätietokoneeseen Rally 110/210 polkimet havaitsevat kalibrointitarpeen ja lähettävät ilmoituksen.

Kun saat kehoitteen kalibroida polkimet manuaalisesti, varmista että pyörä on täysin paikallaan ja pystyasennossa eikä mikään kosketa polkimia, ennen kuin teet kalibroinnin näytön ohjeiden mukaisesti.

HUOMAUTUS: Pedal IQ ilmoitukset eivät ole käytettävissä kaikissa Garmin kelloissa ja pyörätietokoneissa. Jotkin mallin tarvitsevat ehkä ohjelmistopäivityksen, jotta Pedal IQ ilmoitukset voidaan ottaa käyttöön.

Poljinten kalibrointi Garmin Connect sovelluksella

1 Varmista, että pyörä on paikallaan ja pystyasennossa eikä mikään kosketa polkimia.

2 Valitse ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210**.

3 Valitse **Kalibroi** > **Seuraava**.

Kalibrointi kestää muutaman sekunnin.

Tietokentät

Taulukot sisältävät Edge 1050 pyörätietokoneen tietokentät. Jos sinulla on jokin muu yhteensopiva laite, katso sen käyttöopasta.

HUOMAUTUS: Rally 110 järjestelmä ei tue tietokenttiä, joissa näkyvät poljennan tasaisuus, vääntömomentin teho ja tasapainotiedot.

Tehokentät

Nimi	Kuvaus
% FTP	Nykyinen tehontuotto prosentteina kynnystehosta.
Tasapaino 3 s	Oikean/vasemman tehon tasapainon 3 sekunnin keskiarvo.
Voima 3 S	Poljinosiin kohdistetun voiman keskinopeus liikkeessä 3 sekunnissa newtoneina.
3 s teho	Tehontuoton 3 sekunnin keskiarvo liikkeellä.
W/kg 3 s	Tehontuoton 3 sekunnin liikkeen aikainen keskiarvo watteina/kilogramma.
Tasapaino 10 s	Oikean/vasemman tehon tasapainon 10 sekunnin keskiarvo.
Voima 10 S	Poljinosiin kohdistetun voiman keskinopeus liikkeessä 10 sekunnissa newtoneina.
10 s teho	Tehontuoton 10 sekunnin keskiarvo liikkeellä.
W/kg 10 s	Tehontuoton 10 sekunnin liikkeen aikainen keskiarvo watteina/kilogramma.
Tasapaino 30 s	Oikean/vasemman tehon tasapainon 30 sekunnin keskiarvo.
Voima 30 S	Poljinosiin kohdistetun voiman keskinopeus liikkeessä 30 sekunnissa newtoneina.
30 s teho	Tehontuoton 30 sekunnin keskiarvo liikkeellä.
W/kg 30 s	Tehontuoton 30 sekunnin liikkeen aikainen keskiarvo watteina/kilogramma.
Keskitasapaino	Nykyisen suorituksen oikean/vasemman tehon tasapainon keskiarvo.
Keskivoima	Poljinosiin kohdistettu keskivoima suorituksen aikana newtoneina.
Keskiteho	Nykyisen suorituksen tehontuoton keskiarvo.
Keskimäärin W/kg	Tehon määrä mitattuna watteina/kilogramma.
Tasapaino	Nykyinen oikean/vasemman tehon tasapaino.
Voima	Poljinosiin kohdistettu voima newtoneina.
Intensity Factor	Nykyisen suorituksen Intensity Factor™.
Kilojoulea	Tehdyn työn teho (tehontuotto) yhteensä kilojouleina.
Kierr. tasap.	Nykyisen kierroksen oikean/vasemman tehon tasapainon keskiarvo.
Kierroksen voima	Poljinosiin kohdistettu keskivoima nykyisen kierroksen aikana newtoneina.
Kierroksen Norm. Force	Poljinosiin kohdistettu Normalized Force nykyisen kierroksen aikana newtoneina.
Kierroksen NP	Nykyisen kierroksen keskimääräinen Normalized Power™.
Kierroksen teho	Nykyisen kierroksen tehontuoton keskiarvo.

Nimi	Kuvaus
Kierros W/kg	Nykyisen kierroksen keskimääräinen tehontuotto watteina/kilogramma.
Viime kierroksen voima	Poljinosiin kohdistettu keskivoima edellisen kierroksen aikana newtoneina.
Viime kierroksen Norm. Force	Poljinosiin kohdistettu Normalized Force edellisen kierroksen aikana newtoneina.
Viime kierroksen NP	Viimeisen kokonaisen kierroksen keskimääräinen Normalized Power.
Viime kierroksen teho	Viimeisen kokonaisen kierroksen tehontuoton keskiarvo.
Enimmäisvoima	Poljinosiin kohdistettu enimmäisvoima suorituksen aikana newtoneina.
Kierroksen enimmäisvoima	Poljinosiin kohdistettu enimmäisvoima nykyisen kierroksen aikana newtoneina.
Kierroksen maksimiteho	Nykyisen kierroksen tehontuoton huippu.
Maksimiteho	Nykyisen suorituksen tehontuoton huippu.
Normalized Force	Poljinosiin kohdistettu Normalized Force newtoneina.
Normalized Power	Nykyisen suorituksen Normalized Power.
Poljennan tasaisuus	Sen mitta, miten tasaisesti ajaja käyttää tehoa kunkin poljinkierroksen aikana.
Teho	Nykyinen pyöräilyn tehontuotto watteina.
Tehoalue	Nykyinen tehontuottoalue (1–9) FTP-asetusten tai mukautettujen asetusten perusteella.
Aika alueella	Kullakin tehoalueella kulunut aika.
Vääntömomentin teho	Sen mitta, miten paljon tehoa menetetään, kun polkimiin kohdistetaan negatiivista voimaa polkimen taka- ja ala-asennossa. ¹
TSS	Nykyisen suorituksen Training Stress Score™.
W/kg	Tehon määrä mitattuna watteina/kilogramma.

Pyöräilyn dynamiikka

HUOMAUTUS: nämä tietokentät edellyttävät Rally 210 järjestelmää.

¹ Vain Rally 210 mallit tukevat vääntömomentin tehoa ja poljennan tasaisuutta. Jos kello tai pyörätietokone on yhdistetty polkimiin ANT+ yhteydellä, vääntömomentin teho ja poljennan tasaisuus on otettava käyttöön anturin asetuksista, jotta vastaavat tietokentät ovat käytettävissä. Vääntömomentin tehoa ja poljennan tasaisuutta ei tueta käytettäessä avointa Bluetooth yhteyttä. Lisätietoja yhteystyypeistä on osoitteessa garmin.com/connectiontypes.

Nimi	Kuvaus
Vas. keskiarv. huipputehov.	Vasemman jalan keskiarvoinen huipputehovaiheen kulma nykyisessä suorituksessa.
Vasemman keskitehovaihe	Vasemman jalan keskiarvoinen tehovaiheen kulma nykyisessä suorituksessa.
Keski-POK	Nykyisen suorituksen keskiarvoinen poikkeama osan keskikohdasta.
Oikean keskitehovaihe	Oikean jalan keskiarvoinen tehovaiheen kulma nykyisessä suorituksessa.
Oikean keskiarvoinen huipputehovaihe	Oikean jalan keskiarvoinen huipputehovaiheen kulma nykyisessä suorituksessa.
Kierroksen vasemman huipputehovaihe	Vasemman jalan keskiarvoinen huipputehovaiheen kulma nykyisellä kierroksella.
Kierroksen vasen tehovaihe	Vasemman jalan keskiarvoinen tehovaiheen kulma nykyisellä kierroksella.
Kierroksen POK	Nykyisen kierroksen keskiarvoinen poikkeama osan keskikohdasta.
Kierroksen oikean huipputehovaihe	Oikean jalan keskiarvoinen huipputehovaiheen kulma nykyisellä kierroksella.
Kierroksen oikean tehovaihe	Oikean jalan keskiarvoinen tehovaiheen kulma nykyisellä kierroksella.
Kierroksen aika istuen	Nykyisen kierroksen aika poljettaessa istuen.
Kierroksen aika seisoen	Nykyisen suorituksen aika poljettaessa seisoen.
Vasen huipputehovaihe	Vasemman jalan nykyinen huipputehovaiheen kulma. Huipputehovaihe on kulma-alue, jolla ajaja tuottaa eniten liikevoimaa.
Vasen tehovaihe	Vasemman jalan nykyinen tehovaiheen kulma. Tehovaihe on poljinkierroksen kohta, joka tuottaa positiivista tehoa.
Poikkeama osan keskikohdasta	Poljinosan kohta, jossa käytetään voimaa, suhteessa poljinosaan keskiarvoon.
Oikea huipputehovaihe	Oikean jalan nykyinen huipputehovaiheen kulma. Huipputehovaihe on kulma-alue, jolla ajaja tuottaa eniten liikevoimaa.
Oikea tehovaihe	Oikean jalan nykyinen tehovaiheen kulma. Tehovaihe on poljinkierroksen kohta, joka tuottaa positiivista tehoa.
Aika istuen	Nykyisen suorituksen aika poljettaessa istuen.
Aika seisten	Nykyisen suorituksen aika poljettaessa seisoen.

Poljinrunkojen vaihtaminen

⚠ VAROITUS

Kun vaihdat poljinrunkoja, kiristä akselin mutteri kireyteen 10 N-m (88 lbf-in.) ja suojus kireyteen 5 N-m (44 lbf-in.). Liian suuri tai pieni kireys saattaa vioittaa tuotetta ja aiheuttaa vakavien vammojen riskin tai kuoleman, jos poljinrunko irtoaa akselista ajon aikana.

HUOMAUTUS

Garmin suosittelee, että vaihdat yhden polkimen kerralla ja olet tarkkana, jotta kaikki poljinten osat pysyvät tallessa. Oikean polkimen akselin mutterissa ja suojuksessa on vasenkätinen (käänteinen) kierre.

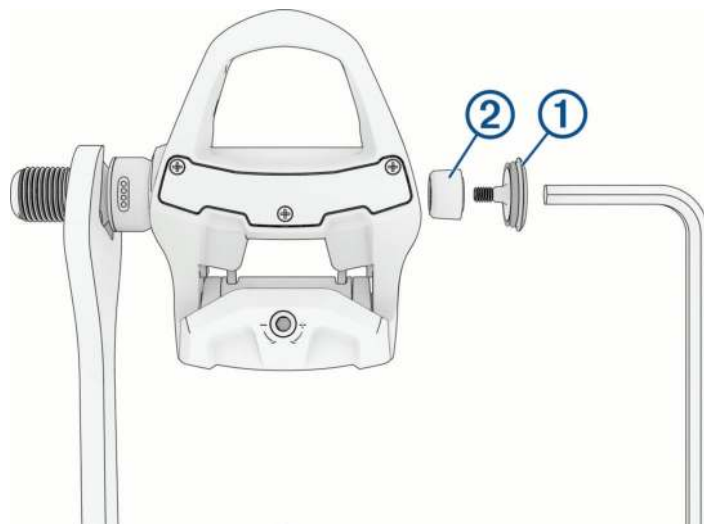
Levitä akseleihin ja poljinrunkoihin rasvaa tämän aiheen ohjeiden mukaisesti. Poljinrunkojen vaihtaminen ilman asianmukaista rasvaa vahingoittaa tuotetta.

Rally RK/XC 210 ja Rally RS/XC 210 paketit sisältävät sekä maantie- että maastoajoon tarkoitettut poljinrungot. Voit ostaa lisää poljinrunkoja Rally 110/210 akseleihin Garmin jälleenmyyjältä tai osoitteesta garmin.com.

Näissä ohjeissa näkyy Rally RK poljinrunko. Ohjeet ovat samat kaikille poljinrungoille.

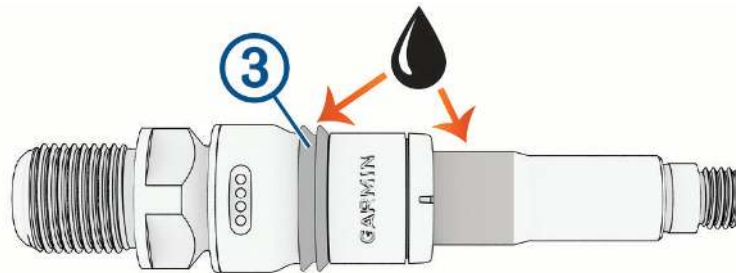
- 1 Irrota poljin pyörästä 15 mm:n jakoavaimella.
- 2 Pidä akselia paikallaan jakoavaimella ja irrota suojus 5 mm:n kuusiokoloavaimella ①.

HUOMAUTUS: oikeanpuoleisen polkimen suojuksessa on vasenkätinen (käänteinen) kierre.



- 3 Pidä akselia paikallaan jakoavaimella ja irrota akselin mutteri 5 mm:n kuusiokoloavaimella ②.
- HUOMAUTUS:** oikeanpuoleisen polkimen akselin mutterissa on vasenkätinen (käänteinen) kierre.

- 4 Irrota poljinrunko akselista.
 - 5 Pyyhi akseli rasvasta ja levitä korostettuihin kohtiin ohuesti uutta rasvaa.
- HUOMAUTUS:** käytä sen verran rasvaa, että kumitiivisteiden ura ③ täyttyy.



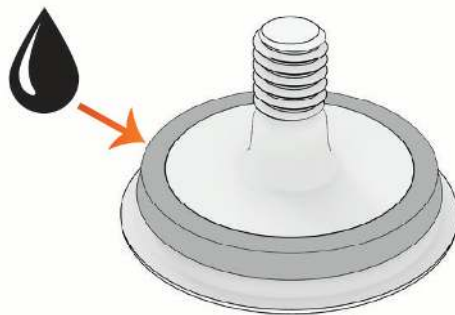
6 Levitä uuden poljinrungon sisällä olevaan rullalaakeriin ohuesti rasvaa.



7 Työnnä akseli uuteen poljinrunkoon ja käännä sitä muutaman kerran, jotta rasva levittyy.

8 Asenna akselin mutteri ja kiristä se kireyteen 10 N-m (88 lbf-in.) 5 mm:n kuusiokoloavaimella.

9 Levitä ohuesti rasvaa suojuksen ympärillä olevaan O-renkaaseen.



10 Asenna suojus ja kiristä se kireyteen 5 N-m (44 lbf-in.) 5 mm:n kuusiokoloavaimella.

11 Pyyhi ylimääräinen rasva pois.

12 Toista vaiheet 1–11 toisen polkimen kohdalla.

HUOMAUTUS

Pyyhi kaikki rasva pois poljinrunkojen sisältä, ennen kuin siirrät ne säilytykseen. Poljinten säilyttäminen niin, että niiden sisällä on vanhaa rasvaa tai likaa, saattaa vioittaa polkimia.

Järjestelmäasetukset

Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210** > **Järjestelmä**.

VIHJE: järjestelmäasetuksia voi muuttaa myös yhteensopivalla Garmin kellolla tai pyörätietokoneella.

Kammen pituus: varmistaa tarkan tehon laskennan määrittämällä kammen pituuden (*Kammen pituuden määrittäminen, sivu 6*).

HUOMAUTUS: jos määrität kammen pituuden yhdistetystä kellosta tai pyörätietokoneesta, Garmin Connect sovelluksessa tehdyt kammen pituusmuutokset eivät vaikuta mitenkään. Asetus on vaihdettava kellossa tai pyörätietokoneessa.

Huipputehovaiheen kulma: määrittää huipputehovaiheen laskennassa käytettävän prosenttiosuuden (*Pyöräilyn dynamiikka, sivu 14*).

Automaattisen nollan poikkeama: ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä automaattisen kalibroinnin.

Oikea poljin: liittää oikean polkimen tai purkaa sen liitoksen kahden anturin järjestelmässä.

Tehdasnollaus: palauttaa poljinten tehdasasetukset (*Poljinten tehdasasetusten palauttaminen, sivu 20*).

Lisäasetukset

Rally 110/210 polkimen lisäasetukset ovat käytettävissä yhteensopivassa kellossa tai pyörätietokoneessa.

HUOMAUTUS: kaikki kello- ja pyörätietokonemallit eivät ehkä tue kaikkia asetuksia.

Kammen pituus: varmistaa tarkan tehon laskennan määrittämällä kammen pituuden (*Kammen pituuden määrittäminen, sivu 6*).

Ajajan asennon siirtoaika: määrittää minimaiaikakynnyksen, jolla polkimet tallentavat ajajan asennon muutoksen (vain Rally 210 mallit).

Vääntömomentin teho ja poljennan tasaisuus: ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä vääntömomentin teho- ja poljennan tasaisuustietojen tallennuksen (vain Rally 210 mallit).

HUOMAUTUS: tämä asetus näkyy vain ANT+ yhteyttä käyttävissä laitteissa.

Mittakaavakerroin: käyttää teholaskennassa määritettä.

Ohjelmistopäivitysten tarkistaminen

Voit päivittää Rally 110/210 polkimiin uusimman ohjelmistoversion Garmin Connect sovelluksella.

1 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210**.

2 Valitse **Tarkista päivitys**.

3 Jos ohjelmistopäivitys on saatavilla, seuraa näytön ohjeita.

Garmin Connect sovellus lähettää päivityksen polkimiin. Ohjelmiston päivittäminen kestää useita minutteja. Polkimen tilan merkkivalo vilkkuu päivityksen aikana .

HUOMAUTUS: kahden anturin järjestelmässä kummankin polkimen ohjelmisto päivittyy samanaikaisesti.


Poljinten tehdasasetusten palauttaminen


1 Herätä polkimet pyörittämällä poljinkampea.

HUOMAUTUS: Rally 210 järjestelmässä kumpaankin polkimeen on kytkettävä virta tehdasnollausta varten.

2 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210** > **Järjestelmä**.

3 Valitse **Tehdasnollaus**.

Poljinten nollauksen aikana tilan merkkivalo vilkkuu .

Tehdasnollauksen jälkeen polkimet siirtyvät suojattuun pariliitostilaan ja tilan merkkivalo vilkkuu .

HUOMAUTUS: polkimet on poistettava mobiililaitteen Bluetooth asetuksista, ennen kuin ne pariliitetään Garmin Connect sovellukseen uudelleen (*Pariliitos Garmin Connect sovellukseen, sivu 2*).

Huolto ja ylläpito

Akkuvirran säästäminen matkustustilassa

Ota matkustustila käyttöön akkuvirran säästämiseksi, ennen kuin matkustat Rally 110/210 poljinten kanssa tai siirrä ne varastoon pitkäksi ajaksi.

1 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet** > **Rally 110/210**.

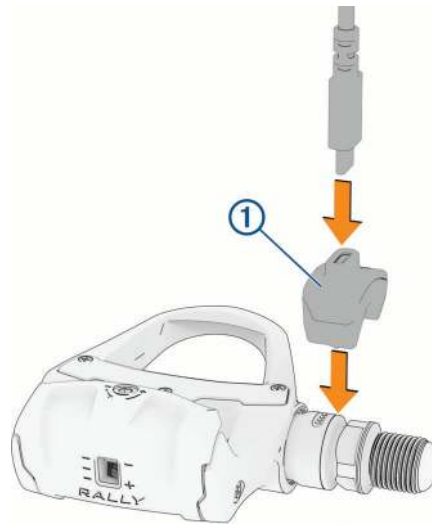
2 Valitse **Matkustustila** > **Ota käyttöön matkustustila**.

Polkimet sammuvat eivätkä käynnisty automaattisesti havaitessaan liikettä.

Polkimet on liitettävä virtalähteeseen, jotta ne voi käynnistää.

Matkustustilan poistaminen käytöstä

- 1 Liitä USB-C kaapeli lataussovittimeen ①.



- 2 Liitä lataussovitin polkimen akseliin sovittimen nastat akselin latausliitinpintojen kohdalla.
- 3 Liitä USB-C kaapelin toinen pää virtalähteeseen, kuten vaihtovirtamuuntajaan (ei mukana). Akselin kierteisessä päässä oleva merkkivalo vilkkuu vihreänä.
- 4 Irrota lataussovitin polkimesta.
- 5 Toista vaiheet 1–4 toiselle akselille (vain Rally 210 mallit).

Poljinten puhdistaminen ja rasvaaminen

HUOMAUTUS

Garmin suosittelee, että puhdistat akselit ja poljinrungot ja levität niihin uutta rasvaa 100 ajotunnin välein tai merkittävän kastumisen jälkeen. Poljinten puhdistamisen ja uuden rasvan lisäämisen tarve määräytyy ajo-olosuhteiden mukaan.

Puhdista akseli ja poljinrungon sisäpuoli ja levitä niihin uutta rasvaa poljinrunkojen vaihto-ohjeiden mukaan (*Poljinrunkojen vaihtaminen, sivu 18*).

Rally 110/210 poljinten huoltaminen

Jos Rally 110/210 polkimissa näkyy kulumisen merkkejä, voit ostaa sarjan ja vaihtaa jommankumman akselin poljinrungon ja kiinnitystarvikkeet.

- 1 Voit ostaa sarjan Garmin jälleenmyyjältä tai osoitteesta [garmin.com](https://www.garmin.com).
 - Jos haluat huoltaa molemmat polkimet, osta Rally 110/210 poljinrungon muuntosarja.
 - Jos haluat huoltaa vain yhden polkimen, osta vasemman tai oikean Rally 110/210 polkimen uudelleenkoontisarja.
- 2 Vaihda poljinrungot, tiivisteet, akselin mutteri ja suojus uusiin sarjan mukana toimitettujen ohjeiden mukaisesti (*Poljinrunkojen vaihtaminen, sivu 18*).



Rally 110 järjestelmän päivittäminen

Voit päivittää yhden anturin Rally 110 poljintehomittarin kahden anturin Rally 210 järjestelmään lisäämällä Rally 110 päivitysakselin, jotta saat käyttöösi laajat harjoittelutiedot (*Pyöräilyn dynamiikka, sivu 14*).

Voit ostaa Rally 110 päivitysakselin Garmin jälleenmyyjältä tai osoitteesta [garmin.com](https://www.garmin.com).

Uuden akselin käynnistäminen

Uusi akseli toimitetaan matkustustilassa akkuvirran säästämiseksi. Se on käynnistettävä liittämällä ne hetkeksi virtalähteeseen.

- 1 Liitä akseli virtalähteeseen mukana toimitetulla muuntajalla ja USB-C kaapelilla.
Tilan merkkivalo vilkkuu  latauksen aikana.
- 2 Irrota akseli muuntajasta.
Tilan merkkivalo vilkkuu , kun oikea poljin hakee yhteyttä vasempaan.

VIHJE: kirjoita uudessa akselissa latausliitinpintojen vieressä oleva seitsennumeroinen pariliitoskoodi muistiin. Tarvitset sitä myöhemmin uuden akselin pariliitokseen.

Uuden akselin asentaminen

VAROITUS

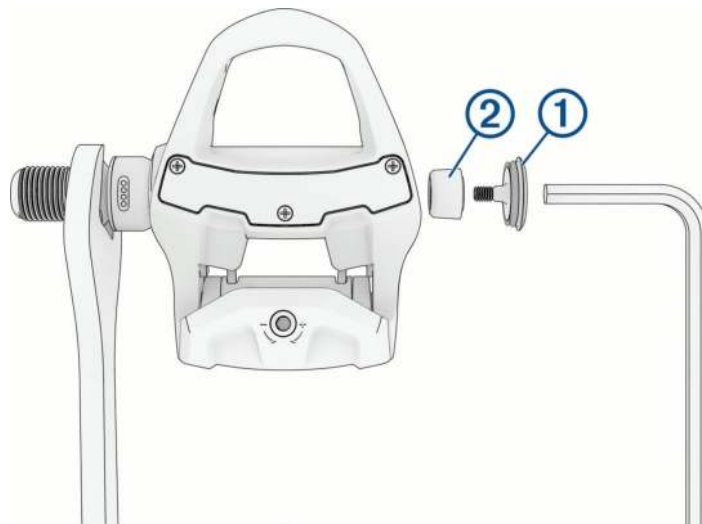
Akselin mutteri ja suojus on kiristettävä mainittujen kireysvaatimusten mukaisesti. Liian suuri tai pieni kireys saattaa vahingoittaa tuotetta tai aiheuttaa vakavia vammoja tai kuoleman.

HUOMAUTUS

Levitä uuteen akseliin rasvaa alla olevien ohjeiden mukaisesti. Uuden akselin asentaminen ilman asianmukaista rasvaa vahingoittaa tuotetta.

Näissä ohjeissa näkyy Rally RK poljinrunko. Ohjeet ovat samat kaikille Rally 110 poljinrungoille.

- 1 Irrota oikea poljin pyörästä 15 mm:n jakoavaimella.
 - 2 Pidä akselia paikallaan jakoavaimella ja irrota suojus 5 mm:n kuusiokoloavaimella ①.
- HUOMAUTUS:** oikeanpuoleisen polkimen suojuksessa on vasenkätinen (käänteinen) kierre.



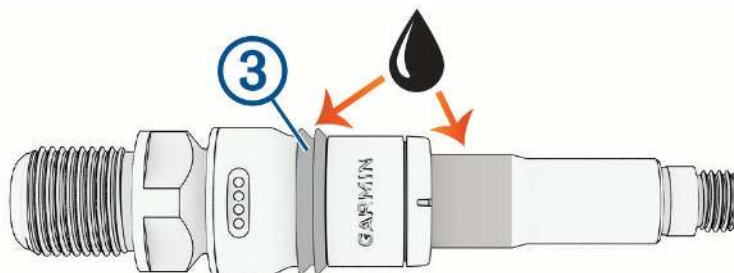
- 3 Pidä akselia paikallaan jakoavaimella ja irrota akselin mutteri 5 mm:n kuusiokoloavaimella ②.
- HUOMAUTUS:** oikeanpuoleisen polkimen akselin mutterissa on vasenkätinen (käänteinen) kierre.
- 4 Irrota poljinrunko nykyisestä akselistä.

5 Pyyhi kaikki rasva pois ja levitä ohut kerros uutta rasvaa poljinrunгон sisällä olevaan rullalaakeriin.



6 Levitä uuden akselin korostettuihin kohtiin ohuesti rasvaa.

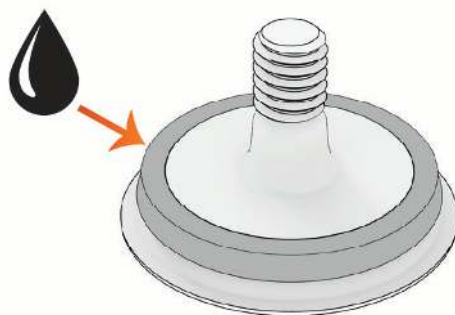
HUOMAUTUS: käytä sen verran rasvaa, että kumitiivisteiden ura ③ täyttyy.



7 Työnnä uusi akseli poljinrunkoon ja käännä sitä muutaman kerran, jotta rasva levittyy.

8 Asenna akselin mutteri ja kiristä se kireyteen 10 N·m (88 lbf·in.) 5 mm:n kuusiokoloavaimella.

9 Levitä ohuesti rasvaa suojuksen ympärillä olevaan O-renkaaseen.



10 Asenna suojus ja kiristä se kireyteen 5 N·m (44 lbf·in.) 5 mm:n kuusiokoloavaimella.

11 Pyyhi ylimääräinen rasva pois.

Uuden akselin pariliitos Garmin Connect sovelluksella

1 Herätä polkimet pyörittämällä poljinkampea.

2 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > Garmin-laitteet > Rally 110/210 > Järjestelmä > Liitä oikea poljin.

3 Anna uuden akselin 7-numeroinen pariliitoskoodi.

Molempien akselien tilan merkkivalo vilkkuu ■.

Lisätietojen saaminen

- Osoitteesta support.garmin.com saat lisää oppaita, artikkeleita ja ohjelmistopäivityksiä.
- Saat lisätietoja valinnaisista lisävarusteista ja varaosista osoitteesta buy.garmin.com tai Garmin jälleenmyyjältä.

Tekniset tiedot

Käyttölämpötila	-10–50 °C (14–122 °F)
Akun tyyppi	Ladattava litiumioni
Akunkesto	Enintään 90 h
Latauslämpötila	15–40 °C (59–104 °F) ²
Langaton taajuus ja lähetysteho	2,4 GHz (enintään 9,95 dBm)
Vesitiiviys	IEC 60529 IPX7 ³

Tilan merkkivalo












Tilan merkkivalo ① on akselien kierteisessä päässä.



HUOMAUTUS: Rally 110 poljintehomittarissa tilan merkkivalo on vain vasemmassa polkimessa.

² Laitteen akku latautuu tavallista hitaammin, jos lämpötila on optimaalisen latauslämpötilan ulkopuolella.

³ Laite kestää satunnaisen upottamisen enintään 1 metrin syvyiseen veteen enintään 30 minuutiksi. Lisätietoja on osoitteessa www.garmin.com/waterrating.

Vilkkuu 	Akun varaustaso on hyvä (jäljellä enintään 90 h).
Vilkkuu 	Akun varaustaso on matala (jäljellä enintään 70 h).
Vilkkuu 	Akun varaus on kriittisen vähissä (alle 12 h jäljellä).
Vilkkuu 	Poljin on pariliitostilassa (vain vasen poljin).
Vilkkuu 	Poljin yrittää muodostaa yhteyden toiseen polkimeen (vain Rally 210).
Vilkkuu jatkuvasti 	Poljin latautuu.
Palaa 	Lataus on valmis.
Vilkkuu  	Ohjelmistoa päivitetään.
Vilkkuu nopeasti 20 kertaa 	Ohjelmistopäivitys on valmis.
Vilkkuu nopeasti 20 kertaa 	Ohjelmistopäivitys epäonnistui.

HUOMAUTUS: kun polkimet ovat vapaana ja määritetty sallimaan vain suojatut yhteydet, merkkivalo välähtää kaksi kertaa viiden sekunnin välein. Kun ne on määritetty sallimaan avoimet yhteydet, merkkivalo välähtää kolme kertaa viiden sekunnin välein (*Avointen yhteyksien salliminen, sivu 6*). Lisätietoja avoimista ja suojatuista yhteyksistä on osoitteessa garmin.com/connectiontypes.

Latausvaatimukset

Laturin syöttämän tehon on oltava radiolaitteen lataukseen tarvittavan vähimmäistehon 2 wattia ja suurimmalla latausnopeudella lataamiseen tarvittavan enimmäistehon 2,5 wattia välillä.



