

RIDEA ovaliserade drev

Teorin med ovala drev är kort och gott att erbjuda olika utväxling igenom ett pedalvarv. Ambitionen är att med en lättare utväxling hjälpa cyklisten i de faser där man är som klenast. När pedalen befinner sig klockan 12, respektive klockan 6. Därmed avlastar man knän och leder i de faser dessa får utstå mest belastning. Likaväl vill man utnyttja de faser där cyklisten har som mest kraft och där erbjuda en tyngre utväxling. Grovt förenklat är detta när pedalen befinner sig i klockan 9 respektive 3.

Historiskt sett har olika tillverkare haft olika ansats. Dreven har haft alla upptänkliga former och till och med en inverterad form som fallet med Shimanos Biopace drev. Ovala klingors popularitet har varierat. I proffsklungan har dessa förekommit på linjelopp men mer vanligt har varit att se dem i temposammanhang. Nedan länk ger en fördjupning i ämnet och studien är en av de mer seriösa kring ovala vs runda drev.

<http://www.trainsharpcyclecoaching.co.uk/images/osymetric-study.pdf>

RIDEA ovala drev finns i ett antal varianter med olika grad av ovalisering. Ett byte från runda till ovala drev blir då en stegvis evolution och ger ligament och muskler tid att anpassa sig. Med Duo-Oval har RIDEA forskat fram och utvecklat drev som har ett längre spann av utväxling i respektive fas. Andra tillverkare till exempel försöker lösa samma optimeringsproblem med att erbjuda cyklisten möjlighet till att montera drevet på spindel i olika lägen.

Vad har man att vinna på att byta till ovala drev?

För en seriös motionär är det framförallt skador som ställer till det. Oftast är det knän som leder till missade pass och i värsta fall en spolierad säsong. Genom att minska belastningen i brytpunkterna erhåller man ett jämnare rundtramp. Därmed avlastar man knän och andra leder (Fot, höft). Speciellt vintertid i samband med monotont nötande på trainer. Proffsen som kör ovalt är förvisso mestadels sponsrade. Samtidigt är tramp teknik såpass fundamentalt viktigt för respektive cyklist. Man vill därför tro att dessa har sin integritet intakt och gör egna val. Blandade forskningsrapporter (Ovan som ett exempel) och fabrikanter påstår att ovala klingor innebär förbättrad prestanda. Lägre puls på samma watt (Motstånd) ovala vs. runda klingor. Högre medelkraft över viss tid etc.

Själva har vi nu kört på RIDEA drev i två år och förutom lite rump ont inledningsvis så är det en markant skillnad i rundtrampet. Speciellt uppför innebär ett jämnare flyt. Likaså har vi inte upplevt att ovalisering har medfört försämrade växlingsfunktion fram. Resultaten på tempo har i gubbklassen varit riktigt bra med bland annat SM guld och VM silver. Klockan 12 positionen är speciellt belastande i en tempoställning. Här har RIDEA dreven varit speciellt uppskattade.

RIDEA erbjuder **4 nivåer** av ovalisering. Vi har fokuserat på att ha ett sortiment som passar de flesta växelsystem oavsett standard (130/135 bcd) eller compact (110 bcd) spindel. Dreven monteras enkelt på Ditt nuvarande vevparti. Alla RIDEA ovala drev säljes i set om stort drev och litet drev. RIDEA dreven är CNC frästa ur 7075 – T6 Aluminium och väger i Shimano standard 53-39 in på 124 g (Nivå 1). Dreven är därefter ”hard anodized” och preparerade med en synnerligen slitstark keramisk beläggning.

De olika modeller vi har i lager våren 2014

RIDEA erbjuder fler modeller än nedan (Se länk nedan) och Du är som kund välkommen med frågor och funderingar. Vi kan göra beställningar utöver sortiment i lager. Detta kräver dock beställning från Dig. Leveranstid är då i allmänhet 2-3 veckor. De drev vi har i lager skickar vi inom 1-2 dagar.

Nivå 1

Den minsta ovaliseringen med +/- 1 tand på drev innebär att ett 53 tand drev är som mest 54 och som lägst 52 tänder. Denna ovalisering rekommenderar vi för de flesta att börja med. Redan här märks en liten skillnad i rundtrampet. Efter 3000-5000 km är man i muskler, ligament och senor redo för nästa steg.

<i>BCD 130</i>	<i>5 bult</i>	<i>TT</i>	<i>9-10 delat</i>	<i>55-40t</i>	<i>Shimano / SRAM</i>
<i>BCD 130</i>	<i>5 bult</i>		<i>9-10 delat</i>	<i>53-39t</i>	<i>Shimano / SRAM</i>
<i>BCD 135</i>	<i>5 bult</i>		<i>9-11 delat</i>	<i>53-40t</i>	<i>Campa / Fulcrum</i>
<i>BCD 110</i>	<i>5 bult</i>		<i>9-10 delat</i>	<i>50-34t</i>	<i>Shimano / SRAM</i>

Nivå 2

Den vanligaste varianten innebär +/- 2 tänder. Ett 53 tand drev är då som mest 55 och som lägst 51 tänder igenom ett pedalvarv.

<i>BCD 130</i>	<i>5 bult</i>		<i>9-11 delat</i>	<i>53-40t</i>	<i>Sram Force/Sram Red</i> <i>2012-2013-2014</i> <i>med klingbult bakom vev</i>
<i>BCD 130</i>	<i>5 bult</i>		<i>9-10 delat</i>	<i>53-40t</i>	<i>Shimano / SRAM</i>

Nivå 3

+/-3 tänder är en ovalisering som absolut behöver anpassning. Beställningsvara.

Nivå 4

Är den högsta nivån av ovalisering och erbjuder mest avlastning i brytpunkterna.. +/- 4 tänder innebär att man pressar/drar ett 58 stordrev i det tyngsta läget och ett 50 drev när det är som lättast. Denna ovalisering innebär viss påverkan på växelfunktion fram och för vissa cykelmodeller kan det vara trixigt med montering beroende på om braze on eller klammer.

<i>BCD 130</i>	<i>5 bult</i>		<i>9-11 delat</i>	<i>54-42</i>	<i>Shimano / SRAM</i>
----------------	---------------	--	-------------------	--------------	-----------------------

Alla alternativ RIDEA erbjuder: http://www.rideabikes.com/pro_road_chainring_duo.html

Teori och förkortningar: <http://www.rideabikes.com/tec.html>