

# SWIX VALLATIPS INFÖR VASALOPPET

GÄLLANDE MÅNDAG 22.02.2016

Detta vallatips är baserat på väderleksprognoser och testing.

## TEMPERATURPROGNOS

Sälen	kl. 14.00	-2°C
Evertsberg	kl. 14.00	-1°C
Mora	kl. 14.00	+1°C

## STRUKTUR

**Stenslipade skidor:** Medium. Kom ihåg att rill ovanpå stenslip ofta ger bättre glide.

**Swix Rilljärn:** 1,00 mm rätt (vals som präglar en rätt struktur) (T423/T406).

## GLID - Alternativ 1:

1. Värm in **LF8X**, låt kallna. Värm in en gång till, efter avkyllning sickla av med plexisickel och borsta med Swix brons- eller stålborste.
2. Avsluta med Swix blå nylon poleringsborste.

## GLID - Alternativ 2 - racing:

1. Värm in **HF8X** eller **DHF104 (Vit Marathon)** låt kallna. Värm in en gång till, efter avkyllning sickla av med plexi sickel och borsta med Swix brons- eller stålborste.
2. Lägg på **Cera F FC8X**. Använda vallajärn på ca. 165°C. Dra järnet snabbt över belaget. Vänta i ca. 10 min. och borsta bort från belaget med en hästhårs- eller vildsvinsborste.
3. Avsluta med Swix blå nylon poleringsborste.

## FÄSTE:

1. Rugga fästzonen med slippapper #100 (Swix T330 el. T0011).
2. Lägg på ett lager **VG30** blå grundvax varma inn. Låt kallna.
3. Lägg på 2-3 lager **VR40** blå vax.
4. Avsluta med 2-3 lager **VR62** hard klisterwax.

Detta var dagens vallarekommendation inför Vasaloppsveckan.

Vil du lära dig mer om hur du lägger klister och glidevalla gå in på [swixschool.com](http://swixschool.com).

## LYCKA TILL!

# SWIX WAX TIPS FOR THE VASALOPPET WEEK

FOR MONDAY FEBRUARY 22nd 2016

These wax tips are based on weather prognoses and testing.

## TEMPERATURES

Sälen	kl. 14.00	-2°C
Evertsberg	kl. 14.00	-1°C
Mora	kl. 14.00	+1°C

## STRUCTURE

**Stone ground skis:** Medium structure.

Remember to use hand structure on stone ground skis for better glide.

**Swix Structure Tools:** Imprint Tool Roller (T423/T406) "Straight": 1.00 mm (imprint roller that gives straight structure)

## GLIDE - Alternative 1:

1. Iron in **LF8X**. Let cool off. Iron in once more and let cool off. Scrape off with a Swix Plexi Scraper, and brush with a Swix Bronze or Steel Brush.
2. Finish with the Blue Nylon Polish Brush.

## GLIDE - Alternative 2:

1. Iron in one layer of **HF8X** or **DHF104 White Marathon**. Let cool off. Iron in once more and let cool off. Scrape off with a Swix Plexi Scraper, and brush with a Swix Bronze or Steel Brush.
2. Apply **Cera F FC8X** with an iron temperature of approx. 165°C. Make one fast continuous pass with the iron with a constant pressure – take one side of the groove at the time. Let cool approx. 10 min. Brush up the powder with a stiff, black nylon brush. Continue brushing with a horsehair- or wild boar brush.
3. Finish with the Blue Nylon Polish Brush.

## GRIP:

1. Sand (rub) the grip zone area with #100 grit silicon sandpaper (Swix T330 or T0011).
2. Iron in one layer of **VG30** Blue Base Wax.
3. Apply 2-3 layers of **VR40** Blue Grip Wax.
4. Apply 2-3 layers of **VR62** Hard Klister Wax.

This is our recommendation for today's conditions in the Vasaloppet track.

For more information on how to apply gliders and grip waxes please visit [swixschool.com](http://swixschool.com).

**We wish everybody a nice trip!**



**RACING SERVICE**  
**swix®**