# SWIX VALLATIPS SWIX WAX TIPS FOR

# INFÖR VASALOPPET THE VASALOPPET WEEK

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| GÄLLANDE TISDAG 23.02.2016 |  | FOR TUESDAY February 23rd 2016 |
|  |  |  |
| Detta vallatips är baserat på väderleksprognoser och testing. TEMPERATURPROGNOS Sälen kl. 14.00 -1ºC  Evertsberg kl. 14.00 -4ºC  Mora kl. 14.00 -2ºC STRUKTUR ***Stenslipade skidor:*** Medium. Kom ihåg att rill ovanpå stenslip ofta ger bättre glid.  ***Swix Rilljärn:*** 1,00 mm rätt (vals som präglar en rätt struktur på bakändan) (T423/T406). GLID - Alternativ 1:  1. Värm in **LF6X**, låt kallna. Värm in en gång till, efter avkylning 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 **HF7X** eller **DHF104** (**Vit Marathon)** låt kallna. Värm in en gång till, efter avkylning sickla av med plexi sickel och borsta med Swix brons- eller stålborste. 2. Lägg på **Cera F FC6X**. 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 kalna. 3. Lägg på 2-3 lager **VR40** blå vax. 4. Avsluta med 2-3 lager **VR50** vax.   Detta var dagens vallarekommendation inför Vasaloppsveckan.  Vil du lära dig mer om hur du lägger klister och glidvalla gå in på [swixschool.com](http://www.swixschool.com). LYCKA TILL! |  | These wax tips are based on weather prognoses and testing. TEMPERATURES Sälen kl. 14.00 -1ºC  Evertsberg kl. 14.00 -4ºC  Mora kl. 14.00 -2ºC 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 **VR50** Violet Grip 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://www.swixschool.com). We wish everybody a nice trip! |