

SWIX VALLATIPS INFÖR VASALOPPET

GÄLLANDE TISDAG 23.02.2016

Detta vallatips är baserat på väderleksprognoser och testing.

TEMPERATURPROGNOS

Sälen	kl. 14.00	-1°C
Evertsberg	kl. 14.00	-4°C
Mora	kl. 14.00	-2°C

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 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 **HF7X** 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 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 kallna.
3. Lägg på 2-3 lager **VR40** blå vax.
4. Avsluta med 2-3 lager **VR50** vax.

Detta var dagens vallarekommendation inför Vasalopsveckan.

Vil du lära dig mer om hur du lägger klister och glidvalla gå in på swixschool.com.

LYCKA TILL!

SWIX WAX TIPS FOR THE VASALOPPET WEEK

FOR TUESDAY FEBRUARY 23rd 2016

These wax tips are based on weather prognoses and testing.

TEMPERATURES

Sälen	kl. 14.00	-1°C
Evertsberg	kl. 14.00	-4°C
Mora	kl. 14.00	-2°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 **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.

We wish everybody a nice trip!



RACING SERVICE
swix®