



Rekommendation inför

ÅREFJÄLLSLOPPET 35km

-6 som kallast på natten +1 som varmast under dagen

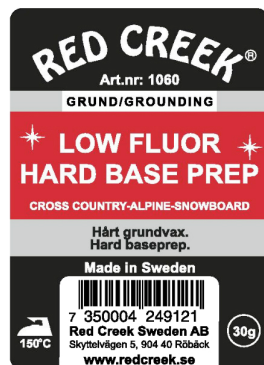
STRUKTUR

Redcreek struktur: Coarse snedhuggen hela skidan
alternativt +5/-5 julgran. 1mm bakom fästzonen och bakåt.

VALLA

LF Hard base som grund.

HF Lila + 1 / - 12 för de snabba och HF silver +10/-2 för de som är ute
längre!



BORSTNING

Börja med mittspårssickeln sedan vanliga sickeln och sickla bort överflödiga
valla, sedan borsta med antingen hand eller rotorstålborste, tagel och avsluta
med nylon.

LYCKA TILL!