

## SKATING & GLIDEZONE



|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Belagsreinsugning / Base Cleaning:</b><br>Rengör skidan med Racing Wax remover genom att fukta basetex/papper och stryk ut en tunn hinna. Låt torka 5-10 min, Mässingsborsta. | Vor dem Waxen mit <b>TOKO NF yellow</b> heiss auswaxen oder Skibelag mit <b>TOKO Waxremover</b> reinigen. Mit <b>TOKO Kupferbürste</b> 6 – 8 mal ausbürsten.<br>Hotclean with <b>TOKO NF yellow</b> (wax, scrape and brush) or use <b>TOKO Waxremover</b> .                                                                                                                     |
| <b>Grundpräparation / Base Preparation:</b><br>Alt 1: TOKO LF Tribloc Blue                                                                                                       | Nach min. ½ Stunde Auskühlzeit, Ski mit <b>TOKO Plexiklinge</b> abziehen. Danach Ski mit der <b>TOKO Kupferbürste</b> 6 – 8 mal ausbürsten.<br>Cool at least ½ hour, then scrape and brush with <b>TOKO Copper Brush</b> .                                                                                                                                                      |
| <b>Rennpräparation / Glidewax:</b><br>Hf white<br><br><b>Alternative:</b><br>Tribloc Hf red                                                                                      | Nach min. 1 Stunde Auskühlzeit Ski mit <b>TOKO Plexiklinge</b> abziehen. Danach mit der <b>TOKO Kupferbürste / Nylonbürste</b> 6 – 8 mal ausbürsten und mit der <b>TOKO Pferdehaarbürste</b> polieren.<br>Cool at least 1 hour, then scrape, brush (with <b>TOKO Copper Brush</b> 6-8 times) polish with <b>TOKO Nylon Brush</b> then with <b>TOKO Horshair Brush</b> .         |
| <b>Topfinish gebügelt / ironed (Powder):</b><br>Alt 1 TOKO Jetstream Powder Red.<br><br>Alt 2 Toko Jetstream Powder blue.                                                        | <b>Jet Stream</b> einbügeln, erkalten lassen (¼ Stunde), mit <b>TOKO Kupferbürste</b> 5 – 7 mal ausbürsten. Polieren mit Nylon Polierbürste. Mit <b>TOKO Thermokork</b> nachpolieren.<br>Iron <b>Jet Stream</b> , cool (¼ hour) then brush 5-7 times with <b>TOKO Copper Brush</b> , polish with <b>TOKO Nylon Polishing Brush</b> , then polish with <b>TOKO Thermo Cork</b> . |
| <b>Strukturieren / structurite:</b>                                                                                                                                              | Von der Skispitze zum Skiende hin.<br>Roll in the structure from Ski Tip to Ski Tail.                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

## CLASSIC TECHNIQUE



|                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Vorpräparation Steigwaxzone / Preparation Kick-Zone:</b>                                                                                                                                                                  | Steigwaxzone reinigen und mit Sandpapier (120 Körnung) aufrauen.<br>Rougen base with 120 grit sandpaper.                              |
| <b>Rennpräparation Steigwaxzone / Racepreparation Kick-Zone:</b><br><br>1. Värm in base/grön lägg 2 lager blå burk sedan 2-3 lager röd bright.<br>2. Värm in base/grön lägg 2 lager blå burk sedan 2-3 lager röd burk.<br>3. | <b>Gripwax:</b><br>Jede einzelne Schicht mit <b>TOKO Plasto Kork</b> verkorken.<br>Cork between layers with <b>TOKO Plasto Cork</b> . |

**Bemerkungen:** Test fredag 13/1-17 minus 14 grader i Eldris.  
**Remarks:**