

# SWIX VALLATIPS INFÖR VASALOPPET

**GÄLLANDE SÖNDAG 04.03.2018**

Detta vallatips är baserat på väderleksprognoser och testning.

## TEMPERATURPROGNOS

Sälen	kl. 08.00	-11°C
Mångsbodarna	kl. 10.00	-9°C
Evertsberg	kl. 12.00	-8°C
Hökbjerg	kl. 14.00	-6°C
Mora	kl. 16.00	-7°C

## STRUKTUR

**Swix Rilljörn:** Vi har ingen höjning med rill i detta väder

### GLID - Alternativ 1

1. Värm in **LF5X**, 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 **HF5X** alt **Vit Marathon** låt kallna. Värm in en gång till, efter avkyllning sickla av med plexisickel 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** blått grundvax. Låt kalna.
3. Lägg 4-6 tunna lager **VR40** blå fästvalla. Korka lätt mellan varje lager.
4. Justera eventuellt med **VR45** lila fästvalla vid bakhalt.

## SKIN-SKIDOR

Skall Du åka med **skin-skidor**, rengör först med **N18 Skin Cleaner PRO**, därefter impregnerar du skin-ytan med **N17C Swix Skin Care PRO Cold**.

Detta var dagens vallarekommendation inför Vasaloppsveckan.

**LYCKA TILL!**

# SWIX WAX TIPS FOR VASALOPPET

**FOR SUNDAY MARCH 4, 2018**

These wax recommendations are based on weather prognoses and testing.

## TEMPERATURES

Sälen	kl. 08.00	-11°C
Mångsbodarna	kl. 10.00	-9°C
Evertsberg	kl. 12.00	-8°C
Hökbjerg	kl. 14.00	-6°C
Mora	kl. 16.00	-7°C

## STRUCTURE

No need for structure in this weather.

### GLIDE: Alternative 1

1. Iron in **LF5X**. 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 - Racing

1. Iron in one layer of **HF5X** or **White Marathon DHF104**. 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 FC6X** with an iron temperature of approx. 165°C. Make one 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 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 Binder. Let cool off.
3. Apply 4-6 **thin** layers of **VR40** Blue Grip Wax. Smooth carefully out between each layer.
4. Adjust with **VR45 FLEXI** Light Violet Grip Wax if necessary.

## SKIN SKIS

If you are using **skins with integrated skins** we recommend to clean the skins with **N18 Skin Cleaner PRO** and then use **N17C Swix Skin Care PRO Cold** to improve the skins glide properties.

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

**We wish everybody a nice trip!**

