

# Inför Skinnarloppet



Place : Malung

Date : 21.02.2016

Testers:NJ

Prognos: Temp mellan -1 till +1 mulet

## GLID:

Motion:

Värm in LF7 låt kallna värm in en gång till sickla av sedan borsta med brons borste sedan fin nylon

Tävling/Elit

LF5 i botten för slitstyrka

Svart Marathon åk paraffin låt kallna, sickla borsta med brons och nylon.

FC8X (+4/-4) pulver värm in på 165grader låt kallna borsta med tagel och nylonborste.

## Stuktur:

Lägg 1 mm rak (T0423) på bak änden av skidan

## Fästvalla

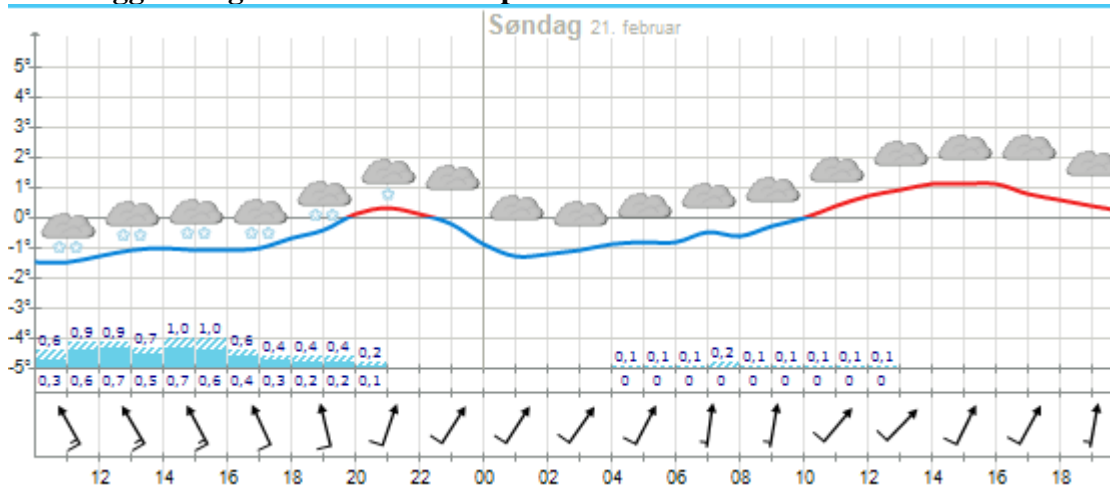
Rugga upp fästzonen med 100 slippapper.

Värm in ett tunt lager med VG35 och låt kallna

Värm in ett lager V30 utan att korka

**Elit:** Lägg 4-6 lager VR55N beroende på skidans hårdhet.

**Motion:** Lägg 4-6 lager VR62 beroende på skidans hårdhet



**Lycka till!**