



Vallatips

VASALOPPSVECKAN 2016

Preliminärt för Vasaloppet 2016 – 03 - 06

Söndag

Temperaturprognos

Transtrand start kl. 8.00 till 12.00 - 3 till -2

Evertsberg kl. 9.00 till 12.00 -3 till -3

Mora mål kl. 9.00 till 14.00 - 2 till -1

Glid – Alternativ 1:

1. Grunda med **Toko LF Tribloc Blå** låt kallna 20min, värm in en gång till
Låt kallna 20min, sickla därefter av med en **plexisickel**.
2. Borsta skidan med **Mässing** och **Nylonborste**.
3. Värm sedan in **Toko HF/LF Tribloc Röd**, låt kallna 20min
Sickla av med en **plexisickel**.
4. Lägg sedan **Röd struktur** med **Toko Rilljärn**
6. Lägg därefter den **Blåa raka 1,00 mm strukturen**
7. Borsta sedan med **Mässingborste**, avsluta med **Nylonborste**.

Glid – Alternativ 2 – Racing:

1. Torrstryk **Toko HF Tribloc Black Additive 10%** och droppa sedan på
LF Tribloc Blå, värm ihop paraffinet låt kallna 20min. värm in en gång till
sickla därefter med en **plexisickel**
2. Borsta skidan med **Mässing** och **Nylonborste**.
3. Värm sedan in **Toko HF Tribloc Röd**, låt kallna 20min, sickla därefter
4. Borsta därefter skidan med **Nylonborste**
5. Lägg sedan **Röd struktur** med **Toko Rilljärn**
6. Lägg därefter den **Blåa raka 1,00 mm strukturen**
7. Borsta sedan med **Mässingborste**, avsluta med **Nylonborste**.
8. Lägg sedan **Jet Stream pulver Röd**, använd vallajärn på ca.165 C
9. Dra järnet snabbt över belaget, vänta i ca 10 min
10. Borsta skidan med **Hästhårsborste**, avsluta med **Nylonborste**

Topping (eventuellt aktuellt)

1. **Toko Helx Röd eller Gul**, spraya tunt och dra omedelbart med **Toko Thermocork**, låt torka, **får ej borstas**

Fäste:

1. Rugga ordentligt!! med slippapper (P80 - 100)
2. Grunda med **Toko Nordic Base Grip**, värm in, låt kallna
3. Lägg 2 lager **Toko Gripwax Blå**
4. Sedan 4-5 lager **Toko Gripwax Röd**

För bättring i senare delen av loppet dimma tunt med **Toko Gripspray Röd**

Se aktuell info: www.facebook.com/SportwinAB/

Lycka till!

Toko Racing Service, Thomas Oljan Eriksson