



VOITELUVINKKI BIRKEBEINERRENNET, 18.3.2017

Hiihtotapa: Perinteinen

Hiihtomatka: 54 km

Olosuhteet (sääennustus 16.3. klo. 11.15 / yr.no)

Testiajankohta: 16.3. klo. 9.30

Säätila: Puolipilvinen

Lämpötila -6...+1 astetta

Lumityyppi: Hienojakoinen / vanha uudelleen jäätynyt lumi

Ilmankosteus: <80%

LUISTOVOITELU / Kilpahihtäjät

Swix LF6X + Swix HF7X + Swix FC8X

1. Puhdista pohja Swix Glide Cleaner puhdistusaineella. Sulata ja levitä luistopinnoille Swix LF6X fluorivoidetta. Anna jäähtyä vähintään 10 minuuttia. Siklaa ja avaa pohjakuvio keskikarkealla pronssiharjalla (T162B) tai teräsharjalla, viimeistele pohjakuvion harjaus jouhiharjalla (T157B tai T164B) ja kiillota sinisellä Swix Nylonharjalla (T160B).

2. Sulata ja levitä luistopinnoille Swix HF7X fluorivoidetta. Anna jäähtyä vähintään 10 minuuttia. Siklaa ja avaa pohjakuvio keskikarkealla pronssiharjalla (T162B) tai teräsharjalla, viimeistele pohjakuvion harjaus jouhiharjalla (T157B tai T164B) ja kiillota sinisellä Swix Nylonharjalla (T160B).

3. Sirottele pohjaan tasainen kerros FC8X fluoripulveria ja kiinnitä se pohjaan voiteluraudalla, jonka lämpötila on 165 astetta. Pulverin sulatus tapahtuu yhdellä vedolla, joka kestää n. 4-6 sekuntia / suksen mitta. Anna jäähtyä, ja siklaa kevyesti ja tee ensimmäinen harjaus jouhiharjalla (T0164B tai T0157B) 5-10 kertaa / suksi. Viimeistele sinisellä SWIX nylonharjalla (T0160B) 5-10 kertaa / suksi.

LUISTOVOITELU / Kuntohihtäjät

Swix LF7X + Swix F4 Premium Cold

1. Puhdista pohja Swix Glide Cleaner puhdistusaineella

2. Sulata ja levitä luistopinnoille Swix LF8X fluorivoidetta. Anna jäähtyä vähintään 10 minuuttia. Siklaa ja avaa pohjakuvio keskikarkealla pronssiharjalla (T162B) tai teräsharjalla, viimeistele pohjakuvion harjaus jouhiharjalla (T157B tai T164B) ja kiillota sinisellä Swix Nylonharjalla (T160B).

3. Levitä pohjaan ohut tasainen kerros F4 Premium Warm -nestettä ja anna kuivua. ÄLÄ HARJAA, suksi on hiihtovalmis heti kuivuttuaan. Kuivumisaika n. 3-5 min.

PITOVOITELU:

Swix KB20C Base Klister Spray + Swix KN44 Nero + Swix VR55N

1. Karhenna puhdistettu pitoalue hiekkapaperilla (#120) ja suihkuta pitoalueelle ohut kerros KB20C pohjaliisterisprayta. Tasoita kevyesti ja anna kuivua vähintään 5 minuuttia.

2. Lisää pitoalueella olaksen molemmin puolin ohut raita tai tipoittain (n. 6-7 cm) välein KN44 -liisteriä ja lämmitä / tasoita voiteluraudalla (lämpötila 100 astetta). Huom! Tämän kerroksen tulee olla ohut välikerros

3. Lisää vain hieman jäähtyneen liisterin päälle kerros VR55N pitovoidetta ja tasoita peukalolla. Anna jäähtyä ja lisää 2-3 kerrosta (suksen jäykkyyden mukaan) VR55N -pitovoidetta peukalolla kerrosten välillä tasoittaen.