



VOITELUVINKKI POGOSTAN HIIHTO, 18.3.2017

Hiihtotapa: Perinteinen

Hiihtomatka: 51 km / 30 km

Olosuhteet (sääennustus 14.2. klo. 18.35 / yr.no)

Säätila: Räntä- / lumisade

Lämpötila 0...+1 astetta

Lumityyppi: Uusi, märkä

Ilmankosteus: >80%

LUISTOVOITELU / Kilpahihtäjät

Swix LF6X + Swix DHF104 Marathon White + 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 DHF104 Marathon White 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). HUOM! Harjaa huolella!!

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 LF8X + Swix F4 Premium Warm

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 KX40S Silver Klister + Swix VX53

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 raita tai tipoittain (n.4- 5 cm) välein KX40S -liisteriä ja lämmitä / tasoita voiteluraudalla (lämpötila 100 astetta) Anna jäähtyä kunnolla.

3. Lisää vain hieman jäähtyneen liisterin päälle kerros VX53 pitovoidetta ja tasoita peukalolla. Anna jäähtyä ja lisää kaksi kerrosta VX53 -pitovoidetta peukalolla kerrosten välillä tasoittaen.