

Valla klassiska skidor - fäste

1. Dra med slippapper (P100- P180) inom fästzonen. grövre sandpapper för mer nötande fören. Arbeta bakifrån och framåt. Detta reser belaget samt öppnar porerna, vilket gör att valla kan tränga in i porerna
2. Grunda med ett grundvax alt. Blå Extra eller Grön Toko. Vid nötande fören är grundvax ett måste. Dra på rejält. Detta blir en grund som håller kvar och gör att fästvalla inte försvinner.
3. Gör rent valljärnet och värm in grunden. Låt skidan kallna
4. Lägg på fästvalla - Välj efter temperatur och snö - Tunna och flera lager
5. Klossa - OBS håll er inom fästzonerna

UT OCH ÅK

1. Efter genomfört träningspass - Dra bort den smutsiga fästvalla. Detta görs varje gång du varit ute
2. Klossa igen och du har en bra grund för att lägga på fästvalla inför nästa pass

Klassiska skidor - Klisterfören

Här arbetar ni exakt likadant som med fästvallningen. Värt att påpeka är att klistervalla är lättast att lägga på inomhus och lättast att ta bort omedelbart efter åkningen utomhus. Ett tips kan vara att lägga på "toa-papper" för att senare kunna sickla bort både papper och klister samtidigt. Ta sedan bort resten med vallaväck.

Uppdaterad 3 december 2008

FLOURCARBON - PULVERVALLNING

1. Valla skidan med den bästa fluorparaffinvallningen för dagen
2. Sickla och borsta
3. För att minska risken att bränna skidan, så stryk med en fluorkloss på ett tunt lager i botten på skidan (alt. fluorvallen för dagen)
4. Strö ut fluorkarbonpulvret jämnt i fluorklossen (fluorvallen)
5. Värm punktvis in fluorkarbonpulvret
6. Värm in med vallajärnet. Helst med ett enda drag över skidan. Ett "gnistregn" skall synas efter järnet. Våra senaste tester visar att bäst resultat får man genom att alltid använda högsta temperatur på vallajärnet.
7. Låt skidan kallna (minst 10 min)
8. Borsta upp med borste så att ett vitt pulver lägger sig över hela skidan
9. Korka in detta, helst med bormaskin
10. Låt skidan kallna (minst 10 min)
11. Slutborsta, helst med bormaskin. Arbetsborste + metallborste + polerborste.

För långa lopp, valla gärna in 2-3 omgångar pulver!

FLUIDVALLNING

1. Stryk på med fluiden
2. Vänta och låt fluiden torka in ordentligt
3. Korka in, helst med bormaskin
4. Slutborsta, helst med bormaskin. OBS Mycket noggrann borstning!
Arbetsborste - Metallborste - Polerborste.

Kommentar: Alternativ metod. Har man inte möjlighet att korka in, så kan du hoppa över detta moment. Notera dock att hållbarheten på denna vallning inte blir lika bra som vid inkorkning. Ett annat alternativ är också att värma in med vallajärn (använd isåfall papper emellan vallajärn och skidans belag). Denna metod rekommenderar vi inte. Risk finns att bränna belag, samt att vi tycker att resultatet med inkorkning ger bäst kontroll och bäst resultat vid fluidvallning.

FLOURKLOSSVALLNING

1. Stryk på med fluorkloss
2. Korka in, helst med bormaskin
3. Borsta, helst med bormaskin
4. Stryk på med fluorkloss
5. Korka in, helst med bormaskin
6. Borsta, helst med bormaskin
7. Spraya skidan med vatten
8. Slutborsta, helst med bormaskin

Uppdaterad 3 december 2008

Små tips

1. Använd helst vallajärn. Strykjärn har ojämn termostat
2. Kom ihåg att arbeta jämnt hela tiden med vallningsjärnet
3. Hårda glidvallor - Lägg på och sickla detta medan det är varmt. Borsta och upprepa en gång medan skidan fortfarande är varm, för då är porerna öppna.
4. Rengör borstar efter användning när du borstat fluorcarbon-pulver. Borstar går att diska med t ex ett bra diskmedel
5. Enda gången ni använder vallaväck är för rengöring av fästvallazoner, ovansida etc OBS! ej någonsin på glidzonerna. (utom när det kommit klister på glidzonerna)
6. Fästvalla - lägg på tunna lager och beräkna ca 2 lager/mil
7. En bra metod för att hitta din individuella fästvallazon är att passa på när det är lite hårt och isigt före. Valla med en fästvalla längre än din normala fästvallazon. Åk så tekniskt och normalt som du kan 1 eller 2 km . Ta av dig skidorna och inspektera hur du nött bort fästvallen. Markera!
8. Om skidan är väldigt rå när ni köper den eller får den från maskinslipning. Dra bort grader och fiberhår med Fibertex. Arbeta framifrån och bakåt. Eventuellt kan ni valla in ett lager med riktigt hård valla. Då har ni en hård yta i skidan och Fibertexen kan göra en bra slipning och borttagning av fiberhår och andra utstickande belagsbitar. Dra och borsta tills ni känner att verktygen glider lätt över skidans ytor.

Utrustning du behöver

Arbetsborste
Polerborste
Metallborste
Slippapper

Fibertex
Vallaställ
Plastsickel Vallajärn
Skidvårdspapper

Sandpapper/fästzon
Mässingsborste
Struktureringsjärn, helst
RS RILLER

Uppdaterad 9 december 2009

Invärmning och påläggning av valla

Det finns fyra metoder för hur glidvallor kan läggas på en skidas belag. Det är viktigt att inse att skidvallan inte tränger in i belaget, utan lägger sig mer som en hinna utanpå belaget. Mest att jämföra med hur bilvaxer fungerar på plåt.

Invärmning med vallajärn

Smälter in vallor med temeperatur mellan ca 90 till 170 grader C. Hårdare vallor kräver hög temperatur. Samma gäller pulvervallor med mycket fluor. Fluoret fluter ut och du får bästa resultat vid riktigt hög temperatur. Högfluorvallor lägges på med så låg temperatur för valla som möjligt. Man vill ej att fluor skall förångas.

Användning av vallajärn gör att vallor på skidan blandas maximalt. Dessutom flyter valla ut och kan fastna i gropar på belaget och bilda en "vaxkaka". Så med vallajärn kommer den sista valla hela tiden att blandas maximalt med underliggande lager.

Korkning med bormaskin

Korkning med maskin gör att man får relativt hög temperatur. Den blir nog stor för att valla skall blandas in med underliggande lager av valla. Man får dessutom en mekanisk bearbetning av ytorna som gör de lastbärande ytorna lite planare och blankare.

Korkning med handkork

Ger mindre värme än maskin, men med hårt och frenetiskt gnuggande bildas värme och mekanisk bearbetning. Inblandningen med handkork i de underliggande lagren är mindre (oftast) än med kork på bormaskin. Vid kortare lopp där man vill uppnå maximalt resultat med snabb acceleration och så lite friktion som möjligt. Så är det oftast snabbast med många offerlager under skidan. Offerlagren fungerar genom att en liten bit valla lossnar så fort det finns något som hakar fast. Jämför blyertspenna på paper.

Påläggning av flytande valla (gel)

Är mycket att likna vid vaxning av bil. Flytande valla blandas kemiskt med underliggande vallor. Med rätt flytande valla fås en blankare yta, framförallt med fluider som är lite härdande. Denna typ av vallning är därför ofta bra vid kallare och vid isiga snökristaller. Typ konstsnö, aggressiva kristaller. Kan tom med vara användbart vid nysnöföre med vassa snökristaller.

Kommentar

En annan sak att beakta är vad man vill uppnå med skidvallningen. När det gäller vallorna så läggs de i skikt. Längst ner är det bra att ha en hård valla som skall helst ha väldigt fina beståndsdelar och ge en fin blank och plan yta.

Ovanpå och iblandad i denna yta/valla tillför man sedan vallor som ger en yta som har en hårdhet som passar för dagens före, distans och de egenskaperna man vill uppnå.

Åker man ett lång lopp vill man kanske ha en lite hårdare valla med längre fungerande funktion. Åker man kortare distanser t ex slalom- eller sprinttävling vill man få en valla som ger absolut högsta fart. Den behöver ofta bara räcka för en distans på ca 2 km.

Här använder man då skiktad vallning där varje lager (utifrån och inåt) fyller en funktion som offerlager. Desto fler offerlager med rätt hårdhet och låg friktion samt bra kontaktvinkel mot vatten, dvs. desto bättre funktion offerlagrena har desto halkigare och snabbare skidor.

KOM ALLTID IHÅG ATT DET ABSOLUT VIKTIGASTE FÖR ALL GLIDVALLNING ÄR ATT HA BRA KONTAKTYTOR. DVS YTOR SOM ÄR SÅ PLANA SOM MÖJLIGT OCH MED EN STORLEK SOM GÖR ATT VATTENUTBREDNINGEN BLIR SÅ MAXIMAL SOM MÖJLIGT FÖR BRA FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR VÅTFRIKTION.

Stålsickling - alla skidor

Kontrollera att sickeln är vass och inte skadad.

OBS. Att sickeln är vass är mycket viktigt, Sickeln skall skära, inte skrapa bort belaget!

Sätt fast skidorna stadigt tex. i ett vallaställ.

Normalt fås bästa resultat om sickeln förs från spetsen och bakåt.

Ställ dig med magen snett framför spetsen på skidan, blicken mot bakre delen.

Sätt tummarna på baksidan i nedre kanten av sickeln.

Handens övriga fingrar sätts så att de bildar stöd på varsin sida av skidan på sickelns framsida.

Luta sickeln lite så att övre kanten på sickeln lutar fram. Snedställ sickeln genom att föra ena handen lite framför den andra.

Lägg på ett lätt tryck och skjut sickeln mot bakre änden på skidan. Reglera tryck och lutningar så att sickeln skär jämt.

Arbeta lugnt och bestämt. Övning ger färdighet.

Kommentar: Det går också att använda glassickel. Ta gärna lite tjockare glas och använd kanterna. Tänk dock på att en glassickel fort blir slö. Så länge glassickeln är vass, så skär den mycket fint.

Uppdaterad 18 december 2015

RS-RILLER FINE CUT

Grundpreparering av nya eller nyslipade skidor

För dig som vill ha snabba skidor så är detta kanske det viktigaste momentet du har för att kunna skapa bra ytor på dina skidor. Denna metod har en stor fördel jämfört med andra metoder som t ex de där du använder slipmetoder. Flera av Sveriges bästa skidåkare säger att RS-RILLER FINE CUT är en revolution inom skidprepareringen. Den ger de bästa ytorna, det planaste och jämnaste belaget. Det är helt enkelt bättre att skära ytorna med en vass sickel än att slipa ytorna.

ARBETSMETOD

Med stålborsten så reser man, samt polerar och river bort flimmerhår även i dalarna i skidans struktur. Den vassa stålsickeln RS-RILLER FINE CUT kommer sedan att skära bort det som finns ovan den plana fina ytan som man vill ha som grund för vallning och preparering. Ytan som blir på skidan efter preparering med RS-RILLER FINE CUT kommer vara den bästa utgångspunkt du kan få för att skapa snabba skidor. Du har nu skidor där inget plogar eller bromsar nere i snön.

1. Borsta skidan från skidspetsen och bakåt med stålborste.
2. Dra med RS-RILLER FINE CUT från skidspetsen och bakåt – tills stålsickeln går lätt
3. Borsta skidan från bakända och framåt med stålborste
4. Dra med RS-RILLER FINE CUT från skidspetsen och bakåt – tills stålsickeln går lätt
5. Borsta skidan från skidspetsen och bakåt med stålborste.
6. Dra med RS-RILLER FINE CUT från skidspetsen och bakåt – tills stålsickeln går lätt
7. Upprepa momenten 1 till 6 – avsluta alltid med borstning från spetsen och bakåt. Viktigt är att inget belag eller flimmer hår syns på skidan eller på kanten på stålsickeln. När inga rester kommer från skidan och stålsickeln går lätt utan minsta motstånd på skidan. Då är skidan redo för preparering och tävling



OBS När man grundpreparerar skidor så använder man ett lätt tryck! Sickeln skall inte avverka belag utan endast ta bort oönskade flimmerhår och andra utanpåliggande belagsdelar som hindrar glid. **OBS**

Ruggning av fästzon

Intressant är även ruggning av fästzon. Detta har fungerat bra många gånger, speciellt när det är risk för underfrysning av fästvalla. Absolut bäst resultat med denna vallning är runt noll grader och snöfall.

Viktigt att du ej ruggar med för fint papper och ej för långt. Testa detta innan du tävlar på detta. Rugga med 60 papper, gnugga in fluorpulver i fästzon. Borsta sedan med nylonborste och sen är det klart för att åka.

Så här gör du för att få till en perfekt skida.

1. Leta upp en normal kallföresskida. Helst ska det vara en skida med transparent belag. Fabrikerna har speciella skidor.
2. Valla glidyorna efter aktuellt före.
3. Rugga upp fästzonen med sandpapper, 60-80 i slutet av början av fästzonen kan du göra en mindre aggressiv ruggning.
4. Lägg på silikon i flera lager och låt det stå en längre tid. Du kan även använda dig av högflourpulver, som du gnider in i ruggningen och värmer in med varmluftspistol.

Ut och åk och förhoppningsvis fungerar det bra

Uppdaterad 16 december 2015

Liten Guide - Så borstar du bättre än ett proffs

BORSTNING – POLERING - BLANKNING

Vad vill jag uppnå med min borstning, polering eller blankning. Vill du ta kontroll över resultatet måste du också förstå vad du gör. Vilket är mitt ändamål och vilket resultat vill jag ha. Vill jag ta bort valla eller ta bort flimmerhår, få fram strukturerna, polera eller blanka.

Jag måste bestämma mig för hur jag skall arbeta och med vilket verktyg. Skall jag använda hand, rotaborste eller annat verktyg? Hur hårt skall jag trycka, hur snabbt skall jag dra, vilken fart på bormaskinen. Vad är mitt syfte. Hur långt skall jag åka? Vill jag ha en polerad yta eller vill jag ha massa offerlager av valla. Notera att borstning, polering och blankning är delmoment som ingår i en process. Maskinstrukturering, handstrukturering, vallning och sickling ingår också som delar som påverkar mitt val av verktyg och arbetsmetod. Vad som är rätt och bästa sätt kan säkert också diskuteras. En mycket viktig faktor är också utgångsmaterialet, vilken skida och vilket belag?

Följande faktorer är några som jag skall tänka igenom:

- Rotaborste eller handborste
- Metall – vilken typ av metall, hårdhet och bredd på håret
- Nylon - vilken typ av nylon, hårdhet och bredd på håret
- Tagel - vilken typ av tagel, hårdhet och bredd på håret
- Hur mycket skall jag borsta
- Ta bort valla
- Lämna kvar valla
- Polera
- Ta bort flimmerhår och jämna till
- Korkning. Är det insmältning eller polering
- Jämna till eller förstora lastbärande ytorna

OBS Alstrar jag värme med min borstning (läs eg. rotaborstar jag hårt så får jag värmeutveckling – samma kan också gälla för en intensiv handborstning)

Noterbart för detta moment inklusive hela skidprepareringsprocessen är att det är stor skillnad om jag skall tävla i sprint, alpint eller om jag skall åka ett långlopp.

Nya modellen

Använd kunskap. Grunden för all borstning är:

- Skapa fina kontaktytor – kanske det allra viktigaste
- Borsta fram struktur – men då bara borsta så mycket att strukturen kommer fram och jag har kvar så mycket valla som möjligt
- Borsta gärna utomhus – Låt skidan kallna
- Använd gärna nylonborstar med kort fint hår. Borstar bra och polerar samtidigt.
- Borsta gärna för hand – vill man ha kvar valla i skidan så borsta så lite som möjligt
- Blankning kan ske med RS-RILLER blanka rulle. Är vallans syfteatt ge väldigt mycket offerlager – så låter man rullen snurra – vill man polera hårda vallor eller belaget så hålls rullen still. Dra upprepade gånger tills allt glider lätt

Gamla modellen – Liten Guide

- Alltid - Arbetsborste + Metallborste + Polerborste
Arbetsborsten tar ordentligt och tar bort så mycket valla som möjligt. Metallborstens viktigaste funktion är att hjälpa till att få fram strukturen. Detta är enormt viktigt moment i borstningen. Polerborsten polerar.
- Avsluta alltid borstning med polerborste. Skidan skall bli blank och ha en "film" liggande över glidzonen. Mjällar skidan så fortsatt borsta till det slutar. Ibland kan det vara bra att åka på skidorna - sedan borsta med metallborste + polerborste på slutet. Framförallt gäller detta hårda parraffiner samt pulvervallor.
- Vid vallning borsta alltid mellan varje lager valla.
Alltid - Arbetsborste + Metallborste
- Vid borstning med maskin. Använd en bormaskin med höga varv (mer än 3000 - 4000 varv). Borsta med höga varv och inget tryck för polering. För borstning med metallborstar och borttagning av flimmerhår använd metall och låga varv. Helst då med en borste med så fina hår som möjligt
- Fluorkloss. Slutborsta gärna med vatten. Kan läggas på med blomsspruta.

Kommentar

Borstning, blankning och polering är kanske det viktigaste momentet i skidpreparering. Här kan du verkligen påverka hur dina kontaktytor på skidan kommer att bli. Vi har noterat tidigare och vill ytterligare nämna vikten av att borsta, polera och blanka på ett bra sätt. De flesta som åker skidor borstar, polerar och blankar inte sina skidor på ett professionellt sätt. Och vi kan trösta er med att de flesta proffsen kan troligen också förbättra sina arbetsmetoder ytterligare.

Ta kontroll över detta moment och du skapar förutsättningar för att få bra fart i spåren! För de som inte vill valla, så är borstningen, poleringen och blankningen nästan ännu viktigare, eftersom små mikrohår och andra problem från belaget inte kan bakas in i valla! Vallan fungerar också som ett flytspackel på skidan och kan dölja problem.

Vill man få bra glid så måste skidan borstas, poleras och blankas på ett bra sätt!

RS-RILLER - 2016 års koncept

Få kontroll över dina skidor och använd RS-RILLER. Den ger möjlighet till maximalt fina kontaktytor plus repeterbarhet av dina resultat.

Nytt Handtag för 2 rullar som passar både gamla och nya rullarna		
RS-RILLER Paket Std <ul style="list-style-type: none">• Handtag• Rak 0,3• Rak 0,75	Extra rullar <ul style="list-style-type: none">• Rak 2,0• Fin Diagonal (0,3)• Diagonal (0,5)• Universal X (0,5)	Blankning - Polering <ul style="list-style-type: none">• Blank Kan även användas för att trycka bort strukturer. Hårt tryck Blanka rullen 30 mm diameter. Övriga 20 mm.

Kommentar: RS-RILLER är kanske det enklaste och mest genomtänkta strukturverktyget. Det som är unikt är att rullarna tillverkats så de kompletterar varandra i ett system och varje rulle skall normalt bara läggas en gång. Detta för att få kontroll och repeterbarhet för att kunna lägga samma struktur nästa gång vid likartade förhållanden och kunna få samma resultat. Rullarna har en spets och yta som gör att de vid intryckning ger fina smala intryck utan att skära i belaget.

RS-RILLER Koncept – beskrivning

Handstrukturer är idag något som används i princip alltid för tävlingsvallning på högsta nivå. För de flesta har det varit nödvändigt och speciellt använt vid blöta fören tidigare. Men våra manuella strukturer ger rätt använda i princip alltid förbättring vid alla temperaturer, förutsättningar och snöförhållanden. Strukturerna trycks in på färdigpreparerad skida och vid nästa vallning så försvinner den intryckta handstrukturen.

Med handstrukturverktyget så kompletterar man maskinstrukturen eller förbättrar den stålsicklade skidans ytor. Handstrukturen läggs på färdigvallad och välborstad skida. Skidan skall vara så bra borstad att rullarna ej behöver tryckas in i vallarester. Efter intryckning av struktur skall ytorna efterbehandlas. Korka in lätt för handpulver, fluorkloss eller gel. Viktigt här att vara så lätt på hand att inte de nylagda strukturerna försvinner. Borsta med fin tagelborste eller nylonborste, sedan blanka och polera ytorna för att som sista moment slutborsta skidans belag.

UTGÅNGSLÄGE BELAG SKIDOR	
Alt. 1	Maskinslipad skida Detta är det alternativ vi rekommenderar för de som vill ha optimalt bra utgångsläge. Som universalstruktur skall här göras en fin maskinstruktur med 0,15 till 0,25 mm. T ex LJ02. Idag gör både skidstillverkare och bra maskinslipare så fina ytor att det knappt finns något flimmerhår kvar på de lastbärande ytorna (topparna). När skidan kommer från maskinslip rekommenderar vi polering av belaget med roterande metallborstar. Dessa skall borsta bort flimmerhår på alla ytor, framförallt i dalarna. Polera sedan till slut med polerborstar i nylon.
Alt 2	Stålsicklad skida Ett mycket bra alternativ. Fördelen med stålsicklad skida är att den inte har flimmerhår som den maskinslipade skidan. Sickelns kvalitet är det som styr hur fina ytorna blir. Har stålsickeln lite ojämnheter, så den ger raka fina riller, så behöver det inte vara dåligt, tvärtom. Stålsicklad skida skall också borstas med metallborstar och polerborste för att få så fina kontaktytor som möjligt. Grundrillning görs med Universal X samt sedan Rak 0,75 + Rak 0,3.
VALLNING	
Här kan man välja att valla eller inte valla. Fördelen med att inte valla är att man då slipper de problem som felaktig hårdhet och egenskaper från valla kan ge. RS-RILLER rekommenderar dock vallning som första alternativ. Lagg den hårdaste valla (1-2 lager) ni har som grund i skidan. Valla sedan med träningsvalla eller skall ni tävlingsvalla så försök använda vallor med så mycket fluorinnehåll och framförallt med rätt hårdhet som möjligt. Var noggranna med att borsta på rätt sätt. Skidan skall inte ha någon valla som kan ge problem vid handstrukturering	
RILLNING	
Lägg struktur med försiktighet. Tänk på att läggs strukturer på fler än en gång så kan strukturerna korsa varandra och skapa problem som t ex för små lastbärande ytor, flisor, upprivna belagsbitar, gjutskäggskanter, uppressade kanter. Förstör därför inte fina bra kontaktytor med för många lagda handstrukturer. Idag tycker vi att struktureringen är mer universell än vi tidigare trott. Grundrecept är att använda Fin Diagonal (alt. Rak 0,3) hela skidan, och sedan Rak 0,75 med lite olika startpunkt. Är det blöta fören så struktur (Rak 0,75) hela skidan. Kalla fören endast bakre delen av skidan.	
BLANKNING - POLERING	
Den blanka rullen har blivit en av våra viktigaste delar i preparering! Den blanka rullen används för att platta till och blanka topparna på strukturen. Den blankar dessutom ytan, vilket verkar ge en bättre glidyta för åkaren. Topparnas höjd jämnas också till och plogning av nedstickande toppar tas bort och undviks. Den blankade ytan vill vi också att man polerar så bra som möjligt. Vi kallar också den blanka rullen för vårt känselspröt. Finns problem på skidans lastbärande kontaktytor, så känner du det direkt. Och dessa problem skall då åtgärdas. Slutborsta med fin nylon och/eller tagelborste. Ytan skall vara blank och polerad.	

Är det mycket vatteninnehåll i snön, så har vi fått mycket bra resultat med gel eller fluid lagd på den blanka ytan och sedan polering. Detta ger då en bra blank, plan kontaktyta med mycket bra vattenavstötande egenskaper. Samma sak gäller också för extremt kalla torra fören. För absolut bästa glid var noggrann med att kontaktytan är så blank, fin och polerad som möjligt

RS RILLER GUIDE

KLASSISKA SKIDOR

Temp.	Luftfukt.	Snötyp	Del 1	Del 2	Del 3	Kommentar
+10 C	Hög	Blöt snö	Rill Fin Diagonal+ Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Rak 1,0	Rill Fin Diagonal+ Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Mycket blöt snö - tryck hårdare för djupare struktur
+5 C	Hög	Blöt snö	Rill Fin Diagonal+ Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Rak 1,0	Rill Fin Diagonal+ Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Mycket blöt snö - tryck hårdare för djupare struktur
0 C	Hög	Nysnö	Rill Fin Diagonal + Univ X + Rak 0,75 + 2,0	Rill Rak 1,0	Rill Fin Diagonal + Univ X + Rak 0,75 + 2,0	Mycket blöt snö - tryck hårdare för djupare struktur
0 C	Låg	Gammal	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Rak 1,0	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Ev komplettera med ngn X-struktur
-5 C	Hög	Nysnö	Rill Fin Diagonal +Rak 0,75 + 0,3	Rill Rak 1,0	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75 + 0,3 + 2,0	Ev Komplettera med Univ X
-5 C	Hög	Gammal	Rill Univ. X +Rak 0,3 + 0,75	Rill Rak 1,0	Rill Univ. X + 0,3 + 0,75 + 2,0	Ev. lägg en Rak 2,0-rill fram och Fin Diagonal om skidan är lite strukturerad eller/och snön är fuktig
-5 C	Låg	Gammal	Rill Rak 0,3 + 0,75	Rill Rak 1,0	Rill Rak 0,3 + 0,75	Ev komplettera med Univ X
-10 C	Hög	Nysnö	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75	Rill Rak 1,0	Rill Rak 0,3 + 0,75	Ev. lägg en Rak 2,0-rill om skidan är lite strukturerad eller/och snön är fuktig
-10 C	Låg	Gammal	Rill Fin Diagonal	Rill Rak 1,0	Rill Rak 0,3 + 0,75	Ev komplettera med Univ X
-20 C	Låg	Finkornig	Rill Fin Diagonal	Rill Rak 0,5 (alt Rak 1,0)	Rill Rak 0,3	Finns mycket struktur i skidan - försök få bort denna.Pressar man hårt med 0,3-rillen, så trycks annan gammal struktur ned och försvinner en tid. Den gamla strukturen kommer dock med tiden att återgå.

Vid rillning av mjuka fästvallor, typ klister, låt fästvallan kallna innan struktur läggs

Rak 0,3 läggs med start från styrspårets början och hela vägen på glidzonerna till skidans slut. Diagonal- och X-strukturerna ger bra egenskaper i lågfart och de raka rillspåren ger släpp och fartökning i högfartsregistret. Efter att ha använt riller för strukturering i fästvallor, rengörs rillerna med vallaväck på en trasa, svamp eller fibertext. Torka därefter med trasa eller varmluftpistol.

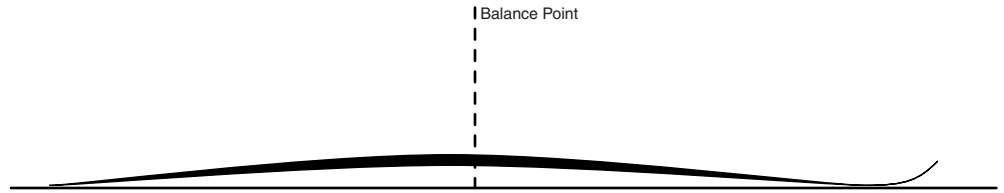
SKATESKIDOR

Temp.	Luftfukt.	Snötyp	Del 1	Del 2	Del 3	Kommentar
+10 C	Hög	Blöt snö	Rill Fin Diagonal + Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Fin Diagonal + Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Fin Diagonal + Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Mycket blöt snö - tryck hårdare för djupare struktur
+5 C	Hög	Blöt snö	Rill Fin Diagonal + Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Fin Diagonal + Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Fin Diagonal + Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Mycket blöt snö - tryck hårdare för djupare struktur
0 C	Hög	Nysnö	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Univ. X + Rak 0,3 + 0,75 + 2,0	Rill Univ. X + Rak 0,3 + 0,75 + 2,0	Mycket blöt snö - tryck hårdare för djupare struktur
0 C	Låg	Gammal	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75 + 2,0	Rill Univ. X + Rak 0,3 + 0,75 + 2,0	Fin Diagonal fram till tåspetsens början där Rak 0.75 startar
-5 C	Hög	Nysnö	Rill Fin Diagonal	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75 + 0,3	Rill Rak 0,75 + 0,3	Fin Diagonal fram till tåspetsens början där Rak 0.75 startar
-5 C	Hög	Gammal	Rill Fin Diagonal + Univ X	Rill Rak Fin Diagonal + Univ X + 0,75	Rill Rak 0,3 + 0,75 + 2,0	Fin Diagonal fram till tåspetsens början där Rak 0.75 startar
-5 C	Låg	Gammal	Rill Fin Diagonal + Rak 2,0	Rill Rak 0,3 + 0,75	Rill Rak 0,3 + 0,75	
-10 C	Hög	Nysnö	Rill Rak 0,3 + Ev Univ X	Rill Rak 0,3 + 0,75	Rill Rak 0,3 + 0,75	
-10 C	Låg	Gammal	Rill Fin Diagonal	Rill Fin Diagonal + Rak 0,75	Rill Rak 0,3 + 0,75	
-20 C	Låg	Finkornig	Rill Fin Diagonal	Rill Rak 0,3	Rill Rak 0,3	Finns mycket struktur i skidan - försök få bort denna.Pressar man hårt med 0,3-rillen, så trycks annan gammal struktur ned och försvinner en tid. Den gamla maskinstrukturen kommer dock med tiden att återgå.

OBS! Rak 0,75 läggs för ca -5 med start från tå på pjäxan och hela vägen bak. Fin Diagonal läggs från skidspetsens början och till tå på pjäxan. En av de stora fördelarna med RS RILLER är att lagda strukturer med detta system försvinner ur skidan efter 1-3 vallningar. Gäller dock ej hårt pressad Rak 2,0. Alla rillers skall enligt RS-RILLERS grundkoncept läggas endast en gång. detta för att få repeterbarhet. Rak 2,0 och 0,75 med hårt tryck. Övriga rullar läggs med halvhårt tryck. Rak 0,75 läggs alltid från styrspårets början. På skate-skidor dock dras Rak 0,75 allt längre bakåt med kallare temperatur.

Classic Ski Pressure Distribution & Wax Pocket

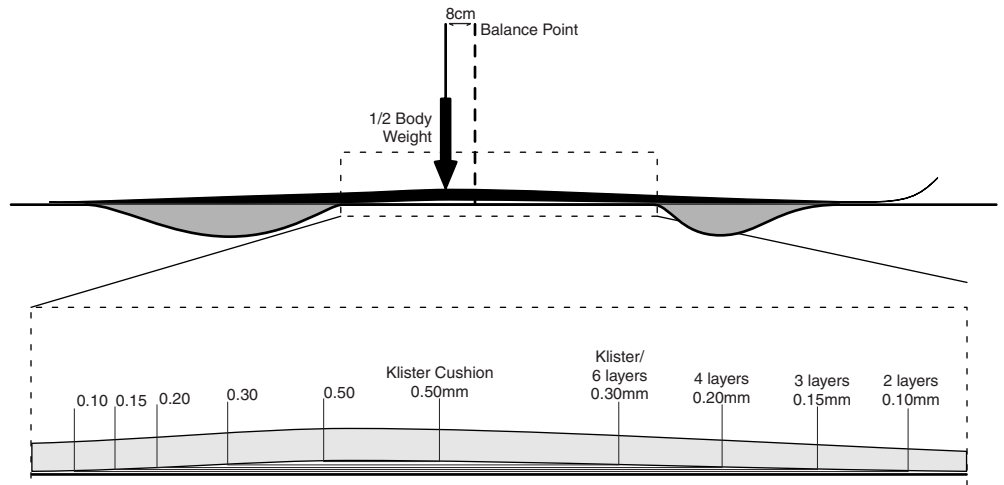
An unweighted ski stands on its tip and tail. The resulting "resting camber" can be quite high or quite low. This has very little to do with the performance of the ski though it may suggest a more or less "lively" feel.



With half the body weight applied about 8 cm behind the balance point (through the ball of the foot, simulating a forward position) the wax pocket is defined by the residual camber of the ski.

At this stage the height of the pocket can be measured and marked. This provides valuable information for tuning a kick wax application to the shape of the pocket.

For hard wax I generally look for a pocket between 0.3 and 0.7mm high. I recommend waxing from the 0.2mm mark at the back of the pocket, forward to the 0.1mm mark at the front of the pocket. If the marks at the front of the pocket are clustered close together it suggests that the pocket ends quickly with very little taper and it's probably not necessary to taper the thickness of the wax application. If the marks are far apart, it may be a good idea to add additional layers under the 0.2 and 0.3mm zones while keeping the wax thin where the pocket is thin. Many people have very good luck simply waxing by the numbers, exactly as they appear on the ski after marking.

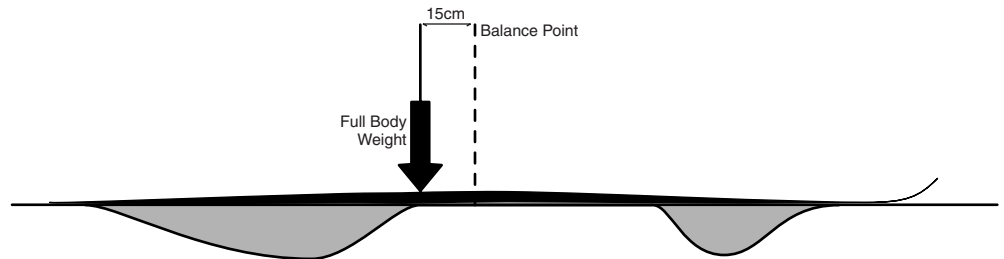


A standard thin layer of hard wax is about 0.05mm thick.

For Klister I recommend waxing the 0.3mm pocket with a thin layer and I mark the 0.5mm pocket as a cushion zone where additional thickness can be applied as necessary. Ideally a specific Klister ski will have a camber height of over 0.75mm

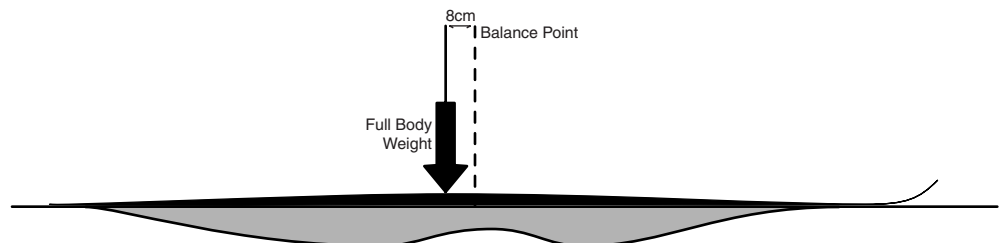
With full body weight applied 15cm behind the balance point (simulating a balanced, neutral gliding position) the forward part of the pocket should remain open. The height of the pocket will generally be much diminished and the pocket will close further forward under the foot.

If the forward margin of the pocket opens up significantly beyond the 0.1 mark it suggests that the ski is well suited to soft snow and to lengthened wax applications forward of the half-weight pocket. If the pocket is closed significantly behind the 0.1mm mark it suggests that the ski may require some shortening of the zone for optimal speed.



With full body weight applied in a forward position the pocket should close completely and should bear a good margin of the force of the body weight. It is important to note that a good classic ski will have very different characteristics depending on whether it is weighted in a forward (pocket closed) or neutral (pocket open) position.

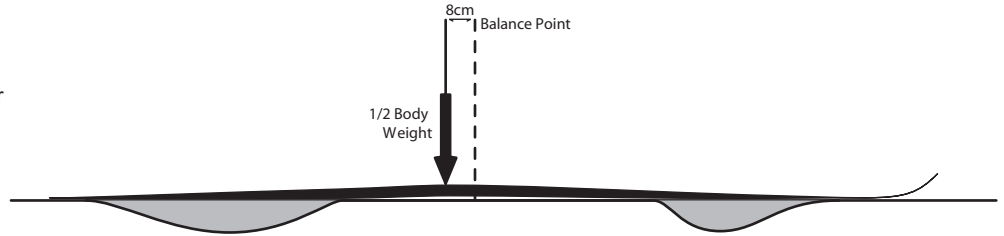
It is not uncommon for there to be a short zone of residual camber open in the pocket even with full weight applied in a forward position. Some skis are designed this way and some skiers actually prefer this. In general it is not desirable. The exceptions are specific "hard track" skis or klister skis. Also, Fischer's 812 construction skis usually have this residual camber (it's built in as a design feature to optimize the speed of the ski). I mark this zone as an appropriate place to start waxing with a slightly softer cushion layer on days when kick is questionable.



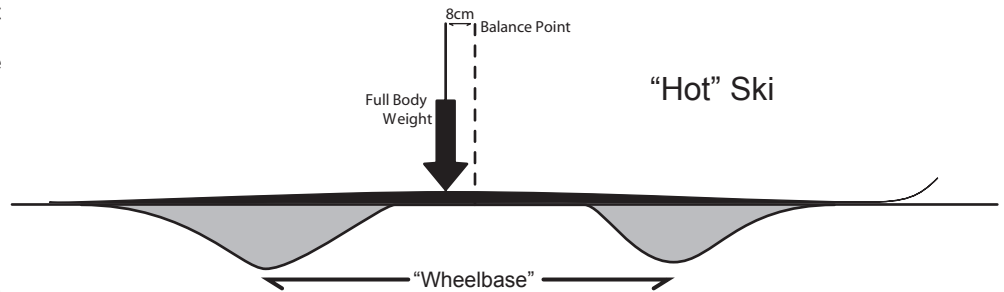
Caldwell Sport Specialties Inc

engineered tuning mobile nordic race service

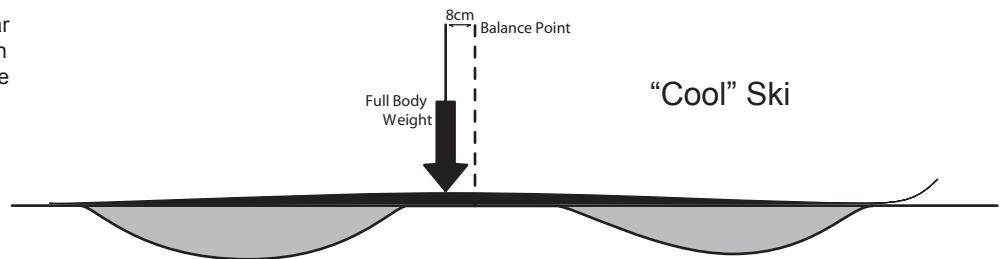
At half weight a well fit skating ski should have significant residual camber. The actual camber height will vary depending on the make and model of the ski. Appropriate values may range from slightly over 1mm (for a Fischer skatecut) to over 4mm for a Rossignol. Within a given model a higher half-weight camber suggests a more lively bridge (the part of the ski that spreads your weight toward the tip and tail of the ski). It may also suggest a longer bridge, and therefore a longer "wheelbase". However, none of these qualities can be fully described until full-weight measurements are made.



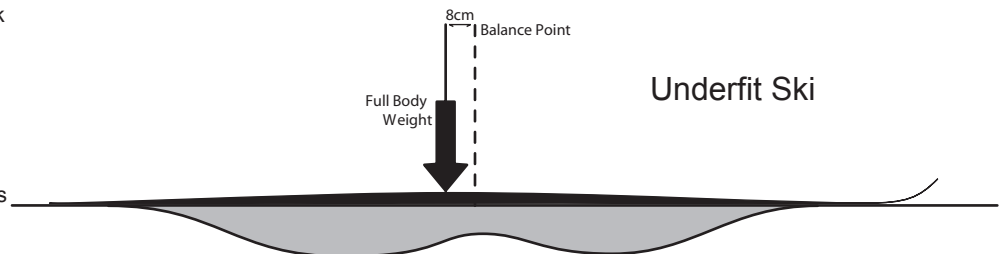
With full weight on the ski the true character of the ski emerges. Residual camber heights at full weight also vary according to make and model. They may be as low as 0.15-0.2mm, or as high as 1+mm. The difference between the half weight camber and the full weight camber quantifies the activity of the bridge as the ski is loaded and unloaded. A lower camber height differential suggests a "flatter" and "deader" feeling ski, but is often quite stable and secure. A higher camber height differential suggest a more lively feeling ski.



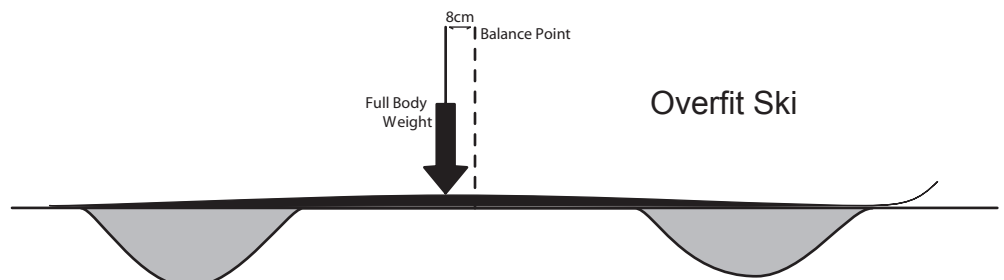
Even with full weight applied to the ski all skate skis should distribute the body weight fore and aft. This results in higher pressure zones in the front and rear portions of the ski. The distance between these high pressure zones is considered the "wheelbase" of the ski. A long wheelbase tends to yield better tracking and stability while a shorter wheel base coupled with a softer tip can be very fast and supple.



The shape of the pressure distribution at full weight also plays a large role in determining the performance characteristics of a ski. We describe a ski with concentrated and "deep" pressure zones as a "hot" ski. Less concentrated shallower pressure zones are characteristics of a "cool" ski. Cool skis tend to have low static friction due to the lower peak pressure on the snow. This means a ski that is "slippery" when you first put it on the snow, and at low speed when the static component of the combined frictional forces is the greatest factor. A hotter ski will have higher static friction, but will release to kinetic frictional forces sooner due to the higher peak pressure at the hot-spots. A hotter ski is also likely to have a high-end acceleration on fast downhill.



All skate skis need to distribute the weight of the skier fore and aft in order to be satisfactory. A ski that bottoms-out under full-weight is considered "underfit". This ski may have very low static friction and good half-weight glide characteristics, but is likely to be quite unstable, and will not be satisfactory at full weight or at any level of over-load.



An overfit ski is also problematic. Depending on the make and model, an overfit ski may put too much pressure on the tip, causing the ski to plow. It may have an exceptionally long wheelbase which will feel very clunky as it releases from the snow in motion. An most importantly, the bridge is likely to be too active at full weight, such that the camber deflects a great-deal at overload. This ski is likely to be an energy drain for most skiers.

RS RILLER - VALLATEST - SKIDTEST

<u>Testplats och skiddisciplin</u>			<u>Ansvarig</u>		
TESTTYP	SNÖTYP	VÄDER	VIND	Datum	
Skidtest Nollning Glider Struktur Tävling Efter tävling	Fallande nysnö Nysnö Finkornig Kornig Grovkornig Gammal Torr Våt Konstsnö	Sol Lätta moln Molnigt Snöfall Regn Regnblandat Dimma	Vindstill Svag vind Hård vind Byigt	Tid	
				Temp. Luft	
				Temp. Snö	
				Luftfuktighet	
				Kommentar:	

Skid-nr	Test 1	Test 2	Test 3	Test 4	Test 5	Test 6	Snitt	Faktor	Resultat	Ranking

Skid-nr	Valla - Riller

Kommentarer till testen: