

## SKATING & GLIDEZONE



<p><b>Belagsreinigung / Base Cleaning:</b> TOKO Cleaning &amp; Hot Box wax or NF/LF/HF yellow</p>	<p>Vor dem Waxen mit <b>TOKO NF yellow</b> heiss auswaxen oder Skibelag mit <b>TOKO Waxremover</b> reinigen. Mit <b>TOKO Kupferbürste</b> 6 – 8 mal ausbürsten. Hotclean with <b>TOKO NF yellow</b> (wax, scrape and brush) or use <b>TOKO Waxremover</b>.</p>
<p><b>Grundpräparation / Base Preparation:</b> TOKO Tribloc HF black oder / or TOKO Tribloc LF black</p>	<p>Nach min. ½ Stunde Auskühlzeit, Ski mit <b>TOKO Plexiklinge</b> abziehen. Danach Ski mit der <b>TOKO Kupferbürste</b> 6 – 8 mal ausbürsten. Cool at least ½ hour, then scrape and brush with <b>TOKO Copper Brush</b>.</p>
<p><b>Rennpräparation / Glidewax:</b> TOKO Tribloc HF red 50% : HF black(50%)  <b>Alternative:</b> TOKO Tribloc LF red 50% : LF black (50%)</p>	<p>Nach min.1 Stunde Auskühlzeit Ski mit <b>TOKO Plexiklinge</b> abziehen. Danach mit der <b>TOKO Kupferbürste / Nylonbürste</b> 6 – 8 mal ausbürsten und mit der <b>TOKO Pferdehaarbürste</b> polieren. Cool at least 1 hour, then scrape, brush (with <b>TOKO Copper Brush</b> 6-8 times) polish with <b>TOKO Nylon Brush</b> then with <b>TOKO Horshair Brush</b>.</p>
<p><b>Topfinish gebügelt / ironed (Powder):</b> TOKO Jet Stream Powder red</p>	<p><b>Jet Stream</b> einbügeln, erkalten lassen (¼ Stunde), mit <b>TOKO Kupferbürste</b> 5 – 7 mal ausbürsten. Polieren mit Nylon Polierbürste. Mit <b>TOKO Thermokork</b> nachpolieren. Iron <b>Jet Stream</b>, cool (¼ hour) then brush 5-7 times with <b>TOKO Copper Brush</b>, polish with <b>TOKO Nylon Polishing Brush</b>, then polish with <b>TOKO Thermo Cork</b>.</p>
<p><b>Strukturieren / structurite:</b> TOKO Structurite mit Rolle (red) TOKO Structurite red roller</p>	<p>Von der Skispitze zum Skiende hin. Roll in the structure from Ski Tip to Ski Tail.</p>

## CLASSIC TECHNIQUE



<p><b>Vorpräparation Steigwaxzone / Preparation Kick-Zone:</b> Iron in TOKO Nordic Gripwax Base Green oder / or Grip Spray green</p>	<p>Steigwaxzone reinigen und mit Sandpapier (120 Körnung) aufrauen. Rougen base with 120 grit sandpaper.</p>
<p><b>Rennpräparation Steigwaxzone / Racepreparation Kick-Zone:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1 Schicht / layer <b>TOKO Nordic Grip Wax blue</b> (einbügeln / ironing)</li> <li>2. 3 Schichten / layers <b>TOKO Nordic Grip Wax red</b></li> <li>3. 1 Schicht / layer <b>TOKO Nordic Grip Wax blue</b> ( Nr 3.nur für Racer!) (Nr.3 for racer only!)</li> </ol>	<p><b>Gripwax:</b> Jede einzelne Schicht mit <b>TOKO Plasto Kork</b> verkorken. Cork between layers with <b>TOKO Plasto Cork</b>.</p>

**Bemerkungen:** Nehmen Sie TOKO **Grip Wax red** oder **Grip Spray red** mit (Nachmittag)

**Remarks:** Bring TOKO Nordic **Gripwax yellow** or Nordic **Gripspray red** for improvement. (afternoon)