

### SKATING & GLIDEZONE



<b>Belagsreinigung / Base Cleaning:</b> <b>TOKO Racing Waxremover (Fluor Cleaner)</b> Auftragen, leicht bürsten mit Nylon, trockenen lassen mit Kupferbürste Ski ausbürsten	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> .
<b>Grundpräparation / Base Preparation:</b> <b>TOKO HF red</b> oder <b>TOKO LF red</b>	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> .
<b>Rennpräparation / Glidewax:</b> <b>High Performance Liquid Paraffin red</b>  Alternative:	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> .
<b>Topfinish gebügelt / ironed (Powder):</b> <b>TOKO Jet Stream 2.0 Powder red</b>	<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> .
<b>Strukturieren / structurite:</b> <b>TOKO Strukturrolle red darüber</b> <b>TOKO Strukturrolle blue</b>	Von der Skispitze zum Skiende hin. Roll in the structure from Ski Tip to Ski Tail.

### CLASSIC TECHNIQUE



<b>Vorpräparation Steigwaxzone /</b> <b>Preparation Kick-Zone:</b> <b>Nordic Klister Spray Base green</b> oder <b>Nordic Base Wax green</b>	Steigwaxzone reinigen und mit Sandpapier (120 Körnung) aufrauen. Rougen base with 120 grit sandpaper.
<b>Rennpräparation Steigwaxzone /</b> <b>Racepreparation Kick-Zone:</b>  1. 3-4 Schichten <b>TOKO Grip Wax blue</b> 2. 2-3 feine Schichten <b>TOKO Grip Wax red</b> 3.	<b>Gripwax:</b> Jede einzelne Schicht mit <b>TOKO Plasto Kork</b> verkorken. Cork between layers with <b>TOKO Plasto Cork</b> .

**Bemerkungen:** Tägliches Update ab jetzt  
**Remarks:**