

## SLIP LANGRENN

### KLASSISK

Navn:	Føre	Temperatur	RA-verdi
SF GRØNN	Knirkeføre	-7 – kaldere	1,9-2,5
SF BLÅ Q10	Allround fin snø	-3 - -10	2,5 – 2,8
SF BLÅ	Allround medium snø	-1 - -5	3,0 – 3,8
SF HVITFIN	Omdannet snø	+2 - -6	4,0 – 4,8
SF HVIT	Vått	+10 – 0	Bruk SF HVITFIN med retrill

### SKØYTING

Navn:	Føre	Temperatur	RA-verdi
SF GRØNN	Knirkeføre	- 7 – kaldere	1,7 - 2,1
SF BLÅ Q10	Kaldføre fin snø	-4 - -12	2,2 – 2,6
SF BLÅ	Nullføre/omdannet snø	+2 - -7	2,7 – 3,3
SF HVITFIN	Vått føre	+ 10 – 0	Bruk SF BLÅ med rill

### HUSK:

Snøtypen + fuktighet har mye å si for hvem slip som går.

- fin/tørr snø – finere slip
- Omdannet/våt snø – grovere slip

Ski til lettere juniorløpere bruker vi ofte litt finere slip enn til voksne.