

## En kort innføring i sliping/montering og vedlikehold av kunstløpskøyter.

Utarbeidet av Kjell Olav Seterbakken i samarbeid med [www.skoyteshop.com](http://www.skoyteshop.com) i Tønsberg

Jeg har prøvd å lage en forklaring til dette med å slipe/montere og vedlikeholde skøyter. Dette er et emne hvor det finnes mange meninger. Jeg vil ikke si at det som står her er den hele og fulle sannhet, men at dette er hovedprinsippene er det ingen tvil om.

### Sliping

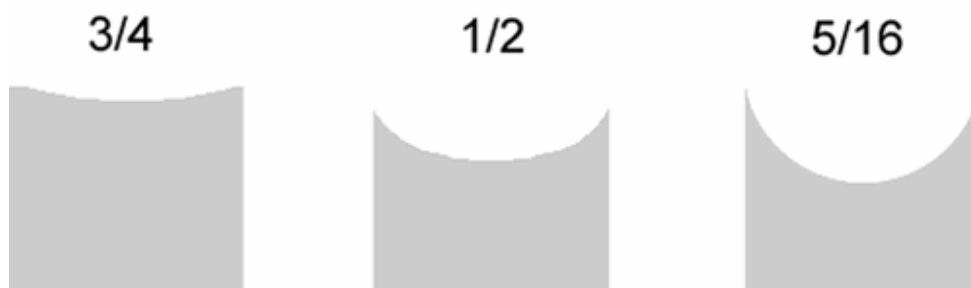
Det er 2 ting som er viktig ved sliping av skøyter. Det er hvilken radius (hulsliping) skøytene skal ha og at de skal ha jevne egger.

### Radius

Det er individuelt hvilken dybde på hulsliping løperen ønsker.  $\frac{1}{2}$  tomme er ca midt på treet, mens  $\frac{5}{16}$  er en dyp hulsliping. De fleste løpere har jern som er slipt med  $\frac{1}{2}$  tommes radius. Det er slik at jo dypere hulsliping du har jo skarpere føles skøytene på isen, men de glir ikke så godt. Generelt kan lettere løpere ha dypere hulsliping enn tyngre løpere. Det er også mulig å slipe med en radius som ligger midt i mellom de tallene som er nevnt nedenfor.

Det viktigste for å få et likt resultat uansett hvem du sliper hos er å **vite hvilken radius jernene er slipt med**. Da skulle du være sikret det samme resultat uansett hvem du sliper hos. Vet du ikke radiusen jernene er slipt med så spør sliperen neste gang du sliper. Det finnes også utstyr for å måle radiusen.

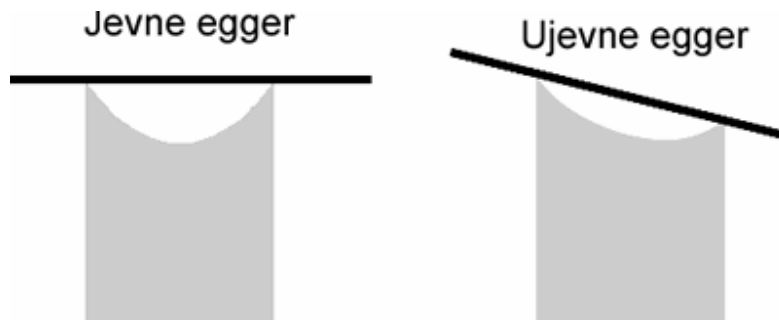
	Grunn hulsliping			I midten		Dyp hulsliping	
Tommer	<b>3/4</b>	<b>5/8</b>	<b>9/16</b>	<b>1/2</b>	<b>7/16</b>	<b>3/8</b>	<b>5/16</b>
Millimeter	19.04	15.87	14.28	12.70	11.11	9.52	7.93



For å se hvilken radius jernene er levert med i fra fabrikken gå til Skøyteshop sine sider på [www.skoyteshop.com](http://www.skoyteshop.com). Se under R.O.H, der finner du radiusen. Erfaringsmessig så varierer radiusen meget i fra fabrikkene.

### Jevne egger

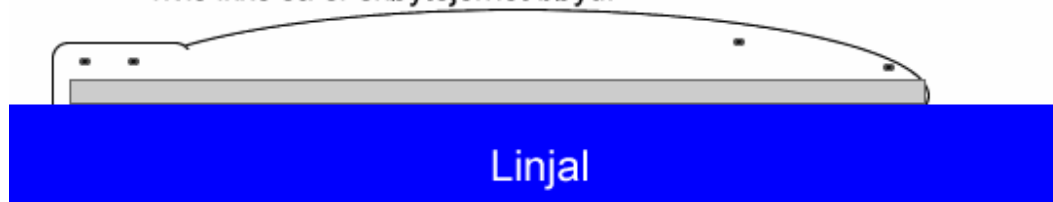
Det er viktig at begge eggene er like høye. Dette er noe de som sliper skal passe på. Hvis du ønsker å sjekke dette selv så legg en mynt eller et flatt emne på eggen til jernene. Se tegning nedenfor. Det skal være 90° mellom emnet på toppen og eggene.



### Bøyde skøytejern

Dette har ikke direkte noe å gjøre med sliping men det kan påvirke det endelige resultatet. Det er ikke uvanlig at skøytejernene bøyer seg under bruk. Den enkleste måten å sjekke om de er bøyde på er å legge en linjal langs jernet. Vurder å justere jernet hvis det er bøyd. Det enkleste er å skru opp skruene på hælen og gjøre justeringen der. Det kan være at du må løse opp noen skruer foran også. Hvis jernet ikke blir rett av dette, må det korrigeres. Det kan godt hende at jernet ikke retter seg ved bare å løsne skruene, da må det rettes ved å bøyes motsatt vei. Dette gjøres ved å sette enden av jernet inn i en skrustikke og gi jernet en korreksjon i motsatt retning. Her er det viktig at en setter fast jernet enten i bløtt metall (kobber/tilsvarende, eller med treverk på hver side av jernet). Det er også en liten risiko for å få betydelige hakk eller klemte egger hvis dette gjøres feil / eller uten mellomlegg. I verste fall vil det kunne gjøre at eggene ikke blir 100 % igjen selv om man sliper en masse. Ta kontakt med den som sliper hvis du føler du ikke er kompetent til å gjøre dette selv. Hvis jernene ikke er rette kan det resultere i at du vil få jevn egg på en del av jernet og ujevn på en annen del når du sliper de.

Legg linjalen langs skøytejernet først på den ene siden og så den andre.  
Linjalen skal ligge helt inntil jernet på begge sider, hvis ikke så er skøytejernet bøyd.





## Typer skøytejern

Det er to hovedtyper jern – de som har parallelle egger (det er de fleste) og de som er bredere/smälere noen steder på eggen (på fagspråket ”tapered”/”honed” og/eller ”dove tail”) Dette gjelder i hovedsak MK Phantom / Phantom Special , MK Gold star og JW Gold Seal.

## Montering av skøytejern

Hele monteringsplaten til jernene for både hæl og forblad må ligge plant mot støvelen. Hvis ikke så må du file av sålen/hælen eller legge inn foring mellom jern og såle. Dette er viktig. Hvis de ikke ligger plant mot støvelen så kan jernene vri seg når du skrur de fast til skoene. Husk å bruke fett/voks på sålen før du setter på jernene.

Finn så midten av fronten (det er ikke nødvendigvis der sømme er) og midten av hælen og marker punktene. Legg jernet på støvelen og sikt inn eggen langs punktene. Jernet skal skyves så langt fram det går. Da skal tuppen av eggen ligge i mellom store tå og neste tå. (det er enkelte løpere som foretrekker at tuppen av eggen flyttes 2-3 millimeter innover) Marker med tusj i midten av de ovale hullene. Bor hull i sålen med et **tynt** bor, pass på at det ikke er for tykt for da vil skruene ikke få feste. Sett inn skruer i midten av de ovale hullene for det kan være at du må justere jernene. Sjekk at jernene er rette (se eget avsnitt). La nå løperen prøve skøytene på isen, men ikke gjør noen hopp. Skøytene skal gå rett fram. En måte å teste på er: Det må være nyvannet is. Gå slik at du får god fart. Stå på begge skøytene og gli rett fram. Hold kroppen rett og benene rett under hoften. Gjør dette flere ganger både forover Og bakover. Gå så og se på merkene i isen. Hvis jernene er montert riktig skal du se to like dype striper (begge eggene) for hver skøyte i isen. Hvis den ene stripen er tykkere eller det er kun en stripe så faller hovedtyngden av vekten din på den ene eggen. Hvis vekten ligger på innsiden så skal jernet flyttes innover, motsatt hvis vekten er på den ytterste eggen. Prøv først å flytte 1-2 millimeter for det er ikke store justeringen som skal til. Når løperen føler seg fornøyd med skøytene settes skruene inn i de andre hullene.

### **Stell av skøyter.**

Etter bruk tørk godt av jernene og bruk helst en stoffbeskyttelse. Hold jernene tørre slik at de ikke ruste. Det er også lurt å bruke en eller annen form for krompolish (f.eks autosol) for å unngå rust på jernene. Støvlene bør settes inn med skokrem. Såler og hæl settes inn med lærfett. Dette fåes kjøpt i skobutikker. Det finnes også spesialpreparater fra produsentene av skøytestøvlene. Det vil komme fuktighet mellom såle og festeplate på jernene. Det er mange som bruker silikon for å tette mellom jern og såle. En annen mulighet er å løsne jernene og legge godt med lærfett under. Bruk gjerne litt fett på skruene også, da de har en tendens til å ruste eller sette seg fast. Hvis skruene har sidd på lenge er de ofte rustne under skruehodet og de kan ryke hvis du prøver å løsne de. Så vurder om du vil løsne på **gamle** skruer. Nyere skruer er syrefaste så de skal ikke ruste. Skruene bør jevnlig sjekkes om de er løse og bør etterdras

**Husk skøyter som er godt vedlikeholdt er ofte lettere å selge brukt enn de som er dårlig vedlikeholdt.**

