

## **Guide: Alt du trenger å vite om radiesliping**

Det spiller liten rolle hvor god du er, eller hvor bra skøyter du har, hvis de ikke er slipt riktig. I dag er det vanlig å radieslipe nye skøyter. Det betyr at det ikke finnes noen plan flate under hele skøytestålet, men du har alltid like mye stål i isen, enten det er på midten eller om du lener deg fremover alternativt bakover. Radien er gitt i meter, hvor verdien er radius av en sirkel. Det finnes også kombinasjons radier hvor f.eks. man kan ha en radius fra sentrum fremover, og en annen fra sentrum og bak. Eksempel: Detroit 1 = 3 meters radius fra sentrum og fremover, 6-meters radius fra sentrum og bak.

Vi anbefaler at du alltid sliper radie på stålet når skøyten er ny og regelmessig vedlikeholde radien. Vi anbefaler at du sliper radie to ganger per sesong og vanlig sliping etter 3-5 is økter eller mer. Noen nye skøyter leveres nå med ferdig radie fra fabrikk.

### Her er de ulike radiene:

Radie 10 fot – 3.05m

Radie 11 fot – 3.35m, Crosby-radie

Radie 12 fot – 3.66m

Radie 13 fot – 3.96m, Foppa'''-radie

Radie 14 fot – 4.27m

Radie 15 fot – 4.57m

Radie 17 fot – 5.18m

Radie 19 fot – 5.79m

Radie 21 fot – 6.4m

Detroit 1 - 3m fra sentrum og frem, 6m fra sentrum og bak.

Detroit 2 - 4m fra sentrum og frem, 8m fra sentrum og bak.

Zuperior S - 3-delt radius. Passer til 246, 254, 263 lengde stål.

Zuperior M - 3-delt radius. Passer til 272, 280, 288 lengde stål.

Zuperior L - 3-delt radius. Passer til 296, 306, 312 lengde stål.

Quad 1 - 4-delt radius. 1.83m - 2.74m - 3.66m - 4.57m

Quad 2 - 4-delt radius. 2.13m - 3.05m - 3.96m - 4.88m

Goalie Sam - For målvkter. 3.05m - 50mm - 8.23m

Her er en generell anbefaling på de ulike radiene som finnes til de ulike alderstrinn:

<b>Alder</b>	<b>Radie</b>	<b>Info</b>
U8	19 fot - 5.79m	passer nybegynnere og yngre spillere for å lære riktig teknikk.
U10	17 fot - 5.18m	Litt mindre radie for de som har utviklet skøyte teknikken.
U12	14 fot - 4.27m	Øvelser i skøyteteknikk øker. Bedre bevegelighet.
U14	13 fot - 3.96m	Allround radie. Prøv deg frem.
U16 ->	Alle	Person tilpasset. Prøv Detroit, Zuperior, Quad.