



## Die eigene Sauna im Garten

**Die Sauna im Garten findet immer mehr Anhänger. Ein Grund dafür ist sicher, dass immer mehr Menschen sich um Ihre Gesunderhaltung Gedanken machen. Nicht immer findet sich ein Platz im Haus und außerdem ist es „urig“, sich nach dem Saunagang im Freien abzukühlen.**

Eine eigene Gartensauna ist kein unerreichbarer Luxus. Sie kostet viel weniger als ein Auto – hält aber viel länger. Wie bei allen anderen größeren Anschaffungen sollte man sich aber gut informieren und auf Qualität achten. Diese zeigt sich an der Herkunft des verwendeten Holzes, an der Holzstärke, der Innenausstattung und nicht zuletzt an der Technik.

Fangen wir mit der Herkunft des Holzes an: Fichtenholz ist das traditionelle Saunaholz. Aber Fichte ist nicht gleich Fichte! Für die Sauna muss es ein langsam gewachsenes Holz aus dem Polarkreis oder ähnlich kalten Gebieten sein. Die nordische Fichte, auch Polarfichte genannt, hat durch das langsame Wachstum kleine, enge Jahresringe und ist damit sehr standfest und nahezu verwindungsfrei.

Die Stärke der verwendeten Blockbohlen ist speziell im Außenbereich ein wichtiges Kriterium. Vorweg bemerkt: draußen kann keine Elementbauweise mit Isolierung verwendet werden. Billige Massivholz-Angebote gibt es ab einer Holzstärke von 28 mm – das reicht nicht. Es sollten mindestens 40, besser 58 bis 70 mm starke Bohlen verwendet werden, um eine ausreichende Wärmedämmung auch in der kalten Jahreszeit zu gewährleisten. Noch stärkere Hölzer allerdings reißen durch die enormen Temperaturschwankungen eher. Da die Bohlen niemals durchgehend reißen, ergibt sich dadurch zwar kein Wärmeverlust, viele Besitzer stören sich aber optisch an den Rissen.

Die Inneneinrichtung soll aus gering wärmeleitendem, splitter- und harzfreiem Holz hergestellt sein. Das ist traditionell Abachiholz. Fichte wird zu heiß und kann auch harzen, was sehr unangenehm ist, wenn man daran kleben bleibt. Rückenlehnen aus Abachiholz sind unverzichtbar, eine Zwischenbankverkleidung wertet den optischen Eindruck sehr auf. Liegen in 60 cm Breite sind viel bequemer als solche mit 50 cm. Alternativ zu Abachiholz kann auch Espe verwendet werden, diese hat etwa die gleichen Eigenschaften.

Um wirklich Freude an der Sauna zu haben, ist ein Ofen mit ausreichender Leistung wichtig. In der Gartensauna wählt man ihn deshalb immer in einer Leistungstärke höher aus, als es bei einer Sauna

im Haus richtig wäre. Das Steuergerät muss wettergeschützt entweder im Vorraum oder extern im Wohnhaus angebracht werden. Ein Kasten um das Steuergerät ist eine Notlösung.

Eine Gartensauna kann auch mit einem holzbefeuerten Ofen geheizt werden, was den Saunaabend oder –nachmittag noch einmal zu einem besonderen Erlebnis werden lässt. Für das Betreiben eines Holzofens müssen strenge Vorschriften eingehalten werden, die mit dem Fachhändler UND dem Schornsteinfeger ausführlich besprochen werden müssen.

In Finnland, dem Mutterland der Sauna, haben die Außensaunen keinen Vorraum – die Finnen sind anders. Bei uns jedoch empfindet man es als angenehmer, Schuhe und Bademäntel in einem Vorraum ablegen zu können. Die Größe des Vorraums ist eine Frage des persönlichen Geschmacks.

Zum Ablegen von Kleidungsstücken, Bereithalten von Handtüchern und Aufgusskonzentraten und ähnlichen Kleinigkeiten genügt eine kleine Fläche. Sollen auch Ruheliegen oder ähnliches aufgestellt werden, muss der Vorraum größer ausfallen, manchmal sogar größer als die eigentliche Sauna.

Früher musste man seine Gartensauna „von der Stange“ kaufen oder für eigene Ideen Unsummen ausgeben. Heute ist der Saunabau im Fachhandel individueller geworden. Es gibt die unterschiedlichsten Bauarten, die Fasssauna ist inzwischen wohl jedem bekannt. Bei dieser ist jedoch nicht viel Gestaltungsspielraum. Aber es gibt auch andere, flexiblere Varianten: Rundbohlen in unterschiedlichen Stärken, durchgehende Blockbohlen oder die neue Kassettenbauweise. Hierbei werden die Blockbohlen auf kurze Stücke geschnitten und zu vorgefertigten Elementen zusammengebaut. Durch die Aneinanderreihung mehrerer Elemente, aufgestellt in einen umlaufenden Grundrahmen, entsteht eine standfeste, verzugsfreie Außensauna. Hiermit kann jede Massivholzsaua ohne viel Aufwand nach Maß gebaut werden.



## Hinweise zur Aufstellung einer Gartensauna

Für die Aufstellung einer Gartensauna sind besondere Maßnahmen und Vorbereitungen erforderlich, auf die wir an dieser Stelle hinweisen möchten.

### 1. Baugenehmigung

Je nach Bundesland, Kreis, Stadt oder Gemeinde gibt es unterschiedliche Vorschriften. Deshalb muss unbedingt geklärt werden, ob für die Sauna im Garten eine Baugenehmigung notwendig ist.

### 2. Holzbefuerung

Bei holzbefeuerten Saunaöfen ist VOR der Planung der Bezirksschornsteinfegermeister um Genehmigung zu fragen. Er gibt auch gerne Auskunft über gesetzliche Vorschriften und Sicherheitsmaßnahmen.

### 3. Elektrischer Saunaofen

Für den Anschluss eines elektrischen Saunaofens wird ein Starkstromkabel benötigt. Bei der Verlegung des Kabels sollte schon im Vorfeld geklärt werden, ob in dem Saunahaus außer dem Ofen noch andere elektrischen Geräte betrieben werden sollen, z.B. eine kleine Heizung für den Vorraum, Musik, zusätzliches Licht. Dies erspart im Nachhinein viel Ärger und nachträgliche Installationen.

### 4. Fundament

Die Gartensauna muss auf festem Grund stehen. Hierfür ist vor der Lieferung eine geeignete Fundamentplatte herzustellen. Diese kann als Punkt- oder Streifenfundament oder als komplette Betonplatte ausgeführt sein.

### 5. Anlieferung

Wenn die Sauna in Eigenarbeit aufgebaut werden soll, erfolgt die Anlieferung häufig mit einem Schwerlast-LKW mit Kran. Die Zufahrt zur Abladestelle muss hierfür geeignet sein.

### 6. weitere Arbeiten

Dachdecker- und Spenglerarbeiten sind bauseits auszuführen. So kann jeder Saunabesitzer die Ziegel seiner Wahl aufbringen sowie Dachrinne und Fallrohr nach seinem Geschmack auswählen.

### 7. Wetterschutz

Das Saunahaus ist außen mit einem geeigneten Wetterschutz-Anstrich zu versehen. Auch hier gilt: Die Geschmäcker sind verschieden, deshalb wird der Anstrich vom Bauherrn selbst gemacht. Dieser Anstrich (Lasur) ist nach Anweisung des Farbenherstellers regelmäßig zu wiederholen.

### 8. Pflege

Das Saunahaus sollte nach der Nutzung immer gut gelüftet werden, besonders auch bei Einsatz eines Bio-/Dampfofens.

Wenn diese Hinweise alle beachtet werden, haben Sie lange viel Freude an Ihrer Gartensauna.

Eine Sauna stellt einen gewissen Luxus dar, sie soll verwöhnen und als vertrauter Begleiter lange Zeit Freude bereiten. In Zusammenarbeit mit einem kompetenten Fachhändler beginnt diese Freude bei der kompetenten und immer freundlichen Beratung, geht weiter über die detaillierte, professionelle Planung, die pünktliche und zuverlässige Lieferung, auf Wunsch mit Montage, und erstreckt sich über die Zeit der langjährigen Nutzung. Deshalb ist bei einer so „langlebigen“ Anschaffung der Kauf bei dem Fachhändler Ihres Vertrauens fast ein Muss.

<http://www.wellandfit.de>