

Sauna, Infrarotkabine & Whirlpool

Wellness- (T)Räume für zu Hause



In Zeiten geschlossener Hotels und Thermen wünschen sich immer mehr Erholungssuchende ihren Spa-Bereich in den eigenen vier Wänden. Wie viel Platz Sie benötigen, worauf man beim Kauf achten sollte und wie viel der Wellness-Traum kostet.

VON CLAUDIA JÖRG-BROSCHKE

Wohlige Hitze in der Sauna genießen, Rückenverspannungen in der Infrarotkabine lindern, im blubbernden Whirlpool den Alltag vergessen. Dinge, die wir sehr vermissen. Wann haben Sie zuletzt ein Wellness-Hotel von innen gesehen?

Die Nachfrage an Home-Spas erlebt aktuell einen Boom. „Seit Corona haben wir rund doppelt so viele Abschlüsse“, freut sich Volker Maier, Vertriebsleiter des österreichweit aktiven Anbieters Armstark. Harald Kogler, Geschäftsführer von Delfin-Wellness, einem der führenden Ausstatter Österreichs, blickt 2020 „auf das beste Jahr in der Firmengeschichte zurück, mit Steigerungen von zwölf Prozent“.

In den eigenen vier Wänden bzw. im Garten ist im Prinzip all das möglich, was wir von der Hotellerie kennen: Saunen in allen Varianten, Dampfbäder, Infrarot- und Wärmekabinen sowie -liegen, Farblichtanwendungen, Whirlpools, SwimSpas, Ruheräume und vieles mehr. Ganz nach verfügbarem Platz und Budget. „Fachleute bringen auch auf kleinsten Raum etwas zustande – ab zwei Quadratmetern. Und auch in verwinkelten Einbausituationen wie z.B. in Dachschrägen“, erklärt Josef Deisl, Geschäftsführer von Deisl Sauna & Wellness, Spezialist für maßgeschneiderte Spa-Unikate. Aktuell besonders stark gefragt sind Saunen (auch außen im Garten), gefolgt von Infrarotkabinen; immer öfter auch Kombi- oder All-in-one-Lösungen, die verschiedene Wärmegrade und Infrarot vereinen. Und: „Während früher die Sauna im Keller versteckt wurde, ist

sie heute ein aufwendig inszeniertes Designelement und Herzstück unseres Lebens- und Wohnraums“, so Deisl.

Bevor der Erholungsbedürftige nun zum Spa-Einrichter oder Innenarchitekten geht, sollte er vorab gut überlegen: Wie viel Platz steht wo für den eigenen Wellness-(T)Raum zur Verfügung? Eventuell auch im Garten? Wo liegen meine Prioritäten? Ideen und einen Angebotsüberblick liefern die gewaltigen Schauräume der Anbieter – sie sind quasi die Visitenkarte der Branche. Oft gibt es hier auch Testareale, in denen auch aktuell probegeschwitzt oder geblubbert werden darf (wenn das Geschäft coronabedingt offen ist). Für das Erstgespräch sind Handyfotos von der Raumsituation hilfreich.

„Bei gewerblicher Nutzung im öffentlichen Bereich unterliegen die Wellness-Einrichtungen strikt dem Bäderhygienegesetz bzw. der Saunanorm. Private hingegen sind frei – so passieren Fehler“, erklärt Markus Strasser, Chef des Tiroler Komplettanbieters Spa 4 Water & Thermal Solution. Kogler (auch Gerichtssachverständiger) rät prinzipiell: „Nur auf Produkte mit Önorm setzen, denn sie garantieren Sicherheit. Vor Billigangeboten aus dem Supermarkt, die keine Vorschriften erfüllen – etwa Infrarotkabinen unter 1.200 Euro –, warne ich. Sie können regelrecht gesundheitsschädigend sein! Der Kunde darf auch nicht vergessen, dass er mit seinem Spa-Ausstatter für Service und Nachbetreuung eine längere Bindung eingeht. Kein Techniker greift unbekannt (No-Name-)Geräte an.“

Was man beim Kauf unbedingt beachten sollte

Saunen gehören wegen der entstehenden Luftfeuchtigkeit in einen Raum, wo diese auch abgeleitet werden kann. Entsprechende Isolierungen verhindern Luftbrücken und Schimmelbildung. Der erforderliche Abstand zu Innenwänden beträgt mindestens fünf, zu Außenwänden zehn Zentimeter. Das Herzstück, der Saunaofen, muss genau zur Kubatur passen. Nur ganz kleine Kabinen (bis ca. drei Quadratmeter) können mit 230 Volt beheizt ▶

Regeneration und Entspannung mit Stil: Sauna- und Infrarotkabinen werden nicht mehr im Keller versteckt, sondern übersiedeln als Designelemente in den Wohnraum, wie hier im Bild von Anbieter Physiotherm



Ausgewählte Anbieter und Preisbeispiele

Bei der Einrichtung eines Home-Spas gibt es selten Fixpreise, Sonderangebote und/oder Rabatte werden mit Montageleistungen gegenverrechnet. Aktuelle Liefertermine: Vorgefertigte Saunen und Infrarotkabinen vier bis acht Wochen; Whirlpools wenige Tage (wenn lagernd) bis acht Wochen. Individuelle Lösungen dauern länger.

Armstark (Komplettanbieter* – www.armstark.com): amerikanische Whirlpools ab 6.500 Euro; Pool Lounge-Abdeckungssystem (als Terrasse nutzbar) ab 5.000 Euro; Infrarotkabine Healthmate (eine Person) ab 3.000 Euro.

Delfin-Wellness (Komplettanbieter – www.delfin-wellness.at): Sauna ab ca. 8.000 Euro; Kombigerät Sasha-Mi (Sauna, Dampfkabine und Dusche; 260x120 cm) rund 30.000 Euro; Whirlpool Strato 2.1 (Abdeckung mit Liegefunktion) ab 18.000 Euro.

Spa 4 Water & Thermal Solutions (Komplettanbieter – www.spa4.at): hochwertige individuelle Lösungen (Hotels und Privat).

Waterwave Spas (Komplettanbieter – www.waterwave-spas.com): Whirlpool „Padua“ (200x210 cm) ab 6.000 Euro.

Deisl (Sauna-Unikate – www.deisl.com): maßgeschneiderte finnische Sauna für zwei Personen ab 8.000 Euro.

Klafs (Saunen, Infrarotkabinen, Dampfbäder, Wärmeliegen; Whirlpools auf Anfrage – www.klafs.at): ausfahrbare Sauna S1XS (142x60/160 cm) ab 12.000 Euro.

Physiotherm (Infrarotkabinen C-Spektrum – www.physiotherm.at): IR-Kabinen ab 3.000 Euro; IR-Dusche (flaches Infrarotmodul für bestehende Duschkabinen) ab 3.118 Euro.

Softtub (Whirlpools – www.softtub.at): Softtub Sportster (2 Personen, 150 cm Durchmesser) ab 6.500 Euro.



werden, stärkere Öfen benötigen Starkstrom (400 Volt). Unterbank-Heizsysteme sparen Platz und sind besonders kindersicher.

„Die Kabinengröße wird häufig falsch dimensioniert“, weiß Deisl aus Erfahrung. „Inspiriert vom Wellness-Hotel, gerät die Home-Sauna (die zu 80 Prozent allein oder zu zweit benutzt wird) meist unnötig groß! Das vergeudet Energie und Platz. Eine zu kleine Kabine wiederum wirkt erdrückend und macht keine Freude.“ Glas-Elemente sorgen für ein luftiges Raumgefühl. Die Holzart ist ein wichtiges Qualitätskriterium – sichtbar, spürbar und riechbar. „Nur zertifizierte Saunahölzer garantieren, dass bei Hitze kein Formaldehyd entsteht“, warnt Kogler und gibt noch einen Tipp für komfortables saunieren: „Achten Sie bitte auf zugfreie Lüftungssysteme.“

Infrarot-Kabinen unterscheiden sich je nach Strahler in zwei Arten. Kurzwellige Strahlung (IR-A) dringt tiefer in die Haut ein. Sogenannte Vollspektrumstrahler oder „Tiefenwärmekabinen“ mit IR-A-, IR-B- und IR-C-Anteil sind quasi die Weiterentwicklung der guten alten Rotlichtlampe und werden auch therapeutisch in Krankenanstalten eingesetzt. Thera-Med ist das einzige, medizinisch zertifizierte Home-Spa-Produkt in Österreich (z.B. bei Delfin-Wellness).

Die zweite Art sind „Wärmekabinen“ mit vorwiegend langwelliger IR-C Strahlung. Hier hat die Firma Physiotherm die Nase vorne. Infrarot-Liegen sind keine vollwertige Alternative: Da die Wärme nur von einer Seite kommt, ist die Umgebungstemperatur meist zu gering, um die erwünschte

Erhöhung der Körper-Kerntemperatur zu erzielen. Doch auch sie helfen bei Verspannungen im Rücken- und Nackenbereich.

Whirlpools werden am liebsten im Freien (Terrasse oder Garten) aufgestellt. Nicht nur weil das heiße Blubberbad hier besonders vergnüglich ist, sondern auch weil es innen platztechnisch schwierig ist. Ein klassischer („amerikanischer“) Whirlpool ist mindestens zwei mal zwei mal einen Meter groß. Passt das durch die Wohnungstür? Zum Leergewicht (bis 400 Kilogramm) kommt ein Füllvolumen von 700 bis 1.500 Liter hinzu – ergibt eine Bodenbelastung von 300 bis 400 Kilogramm pro Quadratmeter. Die Wohnung, der Balkon oder die (Dach-)Terrasse brauchen also entsprechende Tragfähigkeit (Statiker oder Hausverwaltung fragen!). Eventuell muss der Estrich verstärkt werden, auf alle Fälle aber abgedichtet. Aus Sicherheitsgründen empfiehlt sich ein Bodenabfluss.

Also besser im Garten aufstellen, da braucht es einen festen Untergrund sowie Stromanschluss (für kleinere Whirlpools reichen 220 Volt, große, leistungsstarke benötigen Starkstrom). Kanal- und Wasseranschluss ist nicht erforderlich, Befüllung und Entleeren erfolgen mittels Gartenschlauch.

Aufstell-Whirlpools brauchen keine Bewilligung, sie gelten als mobiles Gerät (wie ein Kinderplanschbecken auch). Beim versenkten Bodeneinbau sowie bei SwimSpas (größere Whirlpools, die sich dank Gegenstromanlage auch als Mini-Swimmingpool nutzen lassen), wird die Sache rechtlich komplizierter (siehe Kasten). Je hochwertiger die Isolierung (Korpus und Ab-



2



3

1 Der Swim-Spa als Hybrid-Modell zwischen Schwimmbad (dank Gegenstromanlage) und Whirlpool

2 All-in-one-Lösungen mit Sauna, Infrarot und Farblichtanwendungen sind immer mehr gefragt

3 Ausfahrbar wie eine Ziehharmonika: Das innovative Saunamodell von Klafs verwandelt sich auf Knopfdruck von Kleiderkastentiefe (60 cm) in eine komplette Sauna (160 cm tief; vier Breiten: 142 bis 232 cm)

deckung), umso geringer der Stromverbrauch. Die Energiekosten für Pumpe und Heizung liegen bei rund 50 Cent bis ein Euro pro Tag.

Ein unkompliziertes Leichtgewicht ist der Softtub: mit nur 20 bis 45 Kilogramm Leergewicht (je nach Größe) lässt er sich so gut wie überall aufstellen. Der feste Kern aus Polybond (ein extrem leichtes Isolationsmaterial aus der Flugindustrie) wird von einer weichen Hülle umgeben. Das kleinste Modell misst 150 Zentimeter und fasst 530 Liter.

Softtubs benötigen keine Extrazheizung, sondern wärmen das Wasser mit der Abwärme des Pumpenmotors. Das beschert Energiekosten von nur 40 bis 60 Cent pro Tag. „Unser Softtub ist der mobilste, umweltfreundlichste und sparsamste Whirlpool der Welt – und einer der leisesten“, gibt sich Lisa Troy von Softtub stolz.

Minilösungen und Raumwunder

Für ein beschränktes Platzangebot gibt es ausgeklügelte Lösungen. Ein Raumwunder ist die ausziehbare Klafs-Sauna S1, die in Format und Aussehen einem Kleiderkasten ähnelt (Fronten weiß, Glas oder Holz). Auf Knopfdruck fährt die S1 wie ein Teleobjektiv von schlanken 60 auf 160 Zentimeter auseinander, vier Breiten sind verfügbar (142, 172, 202 und 232 Zentimeter). Intelligente Innenlösungen wie Klappbänke für doppelte Liegebreite und integriertes Abluftsystem sorgen für vollwertigen Saunagenuß.

Noch schwächlicher ist die Infrarotkabine S1: sie wächst von 45 auf 115 Zentimeter (für ein oder zwei Personen – 122 bzw. 172 Zentimeter breit).

Physiotherm kann's noch platzsparender: Intense-Infrarotduschen sind zehn Zentimeter flache Infrarot-Module (mit oder ohne Klappsitz), die sich in der Wand bestehender Duschkabinen integrieren lassen. Das Kombigerät „Sasha-Mi“ vereint Sauna, Dampfkabine und Emotionsdusche auf minimalen 2,60x1,20 Meter. Zur Wahl stehen je drei Sauna- und Hammam-Programme (z. B. bei Delphin-Wellness).

Noch minimalistischer ist der mobile Infrarotrückenstrahler, der auch im Spitzensport zum Einsatz kommt. Und sogar der Arbeitsplatz kann dank Infrarotbürostuhl I-Medic der Entspannung dienen.

Auch Whirlpools können Platz sparen: Beim Design-Modell „Strato 2.1“ lässt sich die Hardtop-Abdeckung in zwei Relaxliegen teilen (bei Delfin-Wellness). Armstark bzw. Waterwave Spas offerieren bewegliche Abdecksysteme, die sich auch als Terrasse nutzen lassen. Übrigens: Wer sich nicht gleich für den Kauf eines Whirlpools entscheiden möchte, der kann einen Softtub auf Zeit mieten. Der Mietpreis wird individuell vereinbart (Richtwert: ab 400 Euro für zwei Wochen) und bei einem anschließenden Kauf gegenverrechnet. Vielleicht die ideale Lösung, um die Wellness-freie Corona-Zeit zu überbrücken. **G**

Rechtliches zum Home-Spa

Vor Einbau eines Home-Spas muss der Miet- bzw. Wohnungseigentumsvertrag genau studiert werden. Speziell Wohnungsmieter müssen aufpassen und „die Bestimmung des § 9 MRG beachten“, mahnt Rechtsanwältin Manuela Maurer-Kollenz von Müller Partner Rechtsanwälte. „Sogenannte wesentliche Veränderungen – also wenn (kleinere) Umbauarbeiten notwendig werden, wie es beim Sauna- oder Whirlpool-Einbau sein kann, müssen dem Vermieter vorab gemeldet werden. Er ist nicht verpflichtet, zuzustimmen und kann den Rückbau der Änderungen bei Beendigung des Mietvertrages verlangen.“ Das simple Aufstellen einer Infrarotkabine darf eigenmächtig geschehen – außer es sind besondere Anschlüsse erforderlich. Wohnungseigentümern sind im Sinne des § 16

Abs. 2 Z 2 WEG „verkehrsübliche“ Änderungen gestattet. Home-Spa-Elemente sollten darunter fallen (im Zweifelsfall prüfen lassen). Werden allgemeine Teile der Liegenschaft in Anspruch genommen, bedarf es der Zustimmung der übrigen Miteigentümer. Das äußere Erscheinungsbild des Hauses darf keinesfalls beeinträchtigt werden. Hausbesitzer haben im Inneren grundsätzlich freies Spiel. Bei Errichtung eines Home-Spa im Garten muss die Bauordnung des jeweiligen Bundeslandes eingehalten werden (die zuständige Gemeinde weiß Bescheid).

Generell gilt: Bei Whirlpools vorab statische Anforderungen prüfen; Sicherungspflichten nachkommen (z.B. bei Gefahrenquellen für Kinder) und schauen, ob die Haus(halts)versicherung allfällige Schäden deckt.