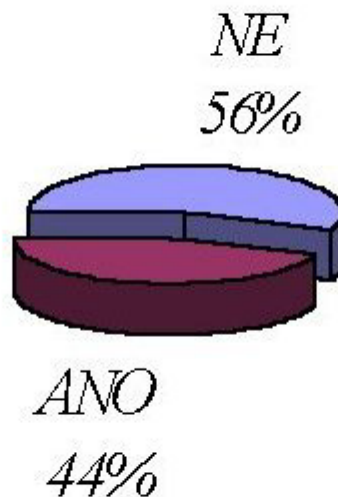


Navštěvujete saunu ?



Graf ze souboru výsledků veřejného průzkumu prováděného v roce 2001 nezávislou agenturou pro firmu SaunaTop:

Z prováděných průzkumů je potvrzeno, že česká veřejnost zná saunu a poměrně velké procento lidí i do sauny chodí. Avšak pod pojmem sauna si každý představuje něco jiného. Povědomí o konkrétních typech lázní (tedy i parních) je v České republice už minimální nebo často mylné. Pod pojmem parní lázeň mají lidé často představu např. dřevěné sauny (tzv. finská sauna), ve které je vysoká vlhkost. Ještě horší odpověď na dotaz "co je to parní lázeň ?" dostanete, pokud mají dotázaní zkušenost z nějaké veřejně provozované parní komory vybudované před mnoha mnoha lety (obvykle obrovská vykachlíkovaná ratejna se studenými sedačkami, nepřipustně vysokou teplotou, s deštěm zkondenzované vody ze stropu či dokonce zkušenost s opařením, atd....). Tento článek by Vám měl alespoň trochu pomoci zorientovat se v tomto oboru.

Je nutno zdůraznit, že vývoj oblasti potních a revitalizačních lázní jde velmi rychle dopředu a možnosti současných technologií nelze vůbec srovnávat s možnostmi parních lázní budovaných u nás například před 10-ti lety. Jde především o bezpečnost, jednoduchost obsluhy, komfortnost výbavy (osvětlení, ozvučení, cirkulace vzduchu, řízení teploty) a především o vzhled samotné parní lázně.

Důležitý moment je již při projektování parních lázní. Je nezbytné, aby už ve fázi projektu konzultoval projektant problematiku s odbornou firmou. Vyhne se tak následným problémům, kdy například je komora zbytečně objemově předimenzovaná (zbytečně vysoká investice a následně neekonomický provoz), či se vyvaruje pozdějších složitých řešení napojení médií (voda, odpad, odvětrání, elektro apod..) .

Nynější evropský trend je nyní takový, že místo jedné obrovské potírny (ať už suché či mokré) jak u nás bývalo v komerčních provozech dříve zvykem, je snaha budovat centra relaxace s možností výběru typu potírny a dalších regeneračních procedur.

Vznikají tak již i u nás menší či větší centra v nichž návštěvník nalezne kromě klasické finské sauny a parní lázně (třeba v římském stylu) i solárium, hydromasážní bazén, masérnu - samozřejmě s přívětivým prostředím a veškerým nezbytným

zázemím jako je ochlazovna, odpočívárna, občerstvení, šatny, toalety atd.... Součástí komplexu může pak být dále třeba fitness sál s posilovacími stroji, squash, plavecký bazén s atrakcemi, atd.

Není snad ani nutné příliš upozorňovat na to, že je nutno tyto provozy vždy koncipovat s ohledem na platné normy - a to již ve fázi projektu !

Níže jsou uvedené názvy a stručný popis některých typů potních a revitalizačních lázní s kterými je možno se setkat v odborné literatuře či v terminologii specializovaných evropských firem, zabývajících se výrobou a dodávkami parních lázní.

A. Parní lázeň

Obecný výraz pro mokrou saunu v rozličných stylech provedení. Tento styl udává především design komory a nejbližšího zázemí - tzn., že tureckou či římskou lázeň tvoří především použitá keramika, tvary sedaček, sloupoví, portály vstupu, fabiony atd. Teprve potom je důležité v jakém teplotním resp. vlhkostním režimu bude komora provozována !

B. Aromatická lázeň

Typ parní lázně s ideální kombinací páry a vůně. Teplota obvykle 38°C - 50°C. Vlhkost individuální - možno až 100% relativní vlhkosti. Vůně, které jsou používány v aromatické lázni zvyšují efekt lázně. Design je ponechán na tvůrčím talentu a fantazii. Vonné esence jsou v kapalném provedení a jsou obvykle dávkovány přímo do parního potrubí (lze naprogramovat intenzitu) takže pára vstupující tryskou do parní komory je již o vůni obohacena. Lze ovšem aromatizovat komoru i pevnými bylinami na výparníkovém roštu.

C. Lanconium

V římských potních a očišťovacích lázních převládá teplota 60°C. Po 20 minutách může být potní lázeň doplněna tělovou koupelí pro stimulaci krevního oběhu a efektivní podporu očišťovacího procesu.

D. Tepidarium

Revitalizační koupel, kterou používali již staří Římané. Jemně vyhřívaná místnost, jejíž teplota odpovídá přibližně teplotě lidského těla. Zde dochází ke vzniku harmonie mezi člověkem a okolím. Kromě estetického dojmu komory působí na člověka i relaxační hudba a relaxační osvětlení (např. hvězdné nebe).

E. Caldarium

Teplota stěn od cca 50 do 60 °C. Tělo vylučuje škodlivé látky, kterých se člověk během života obtížně zbavuje. Caldarium je podstatou starodávných tepelných lázní.

F. Odorium

Je vyhříváno podobně jako tepidarium. Má blahodárné a stimulující účinky.

G. Hammam-lázeň

Je turecká parní lázeň. Průběh lázně je doplněn masáží nebo koupelí ve studené vodě. Atp.

Pro další výklad o parních lázních, je nezbytné uvést velmi stručnou rekapitulaci parametrů suché (tzv. finské) sauny.

Finská sauna

- **Vnitřní provedení**

Zásadně dřevěné obložení - materiál dle nabídky výrobce (na stěny např. severský smrk, nebo kanadská borovice a na vnitřní výbavu africká vrba ABACHI). Příslušná tepelná izolace, parozábrana, přirozená cirkulace vzduchu, regulace teploty.

- **Využití**

Teplota regulovatelná od 20°C do 110°C . Obvyklá teplota však bývá mezi 80°C - 100°C . Relativní vlhkost - velmi nízká . Možno však poléváním kamen saunu zvlhčovat, avšak nikdy nelze dosáhnout parametrů jako v klasické parní lázni (ani s topidlem s tzv. aktivním vyvíječem páry). Pobyt v sauně bývá obecně opakovaný (např. 3x 12min.) - individuálně. Po každé fázi sauny následuje ochlazení (sprcha, bazének, pobyt na čerstvém vzduchu apod..). Možno zařadit masáž, solárium apod.

Parní lázeň (*turecká lázeň, římská lázeň ...*)

Obecný výraz pro tepelně izolovanou vodě odolnou místnost se sedačkami, bezpečnostními celoskleněnými dveřmi, vytápěním sedaček a podlahy, s vnitřním osvětlením a řízenou klimatizací. Zabudovaná parní technologie, zajišťuje dodávku páry a řídí automaticky (nejlépe) klima v parní komoře které si uživatel předem předvolil. Rozměry samotné parní komory dle možnosti od malých komůrek - většinou soukromých (např. 1,2 x 1,8m) až po velké veřejné parní lázně (např. 3 x 4m). Parní lázeň je možno provozovat v různých hladinách teplot a vlhkosti - různé názvosloví. Jednotlivé typy se liší zejména vnitřním vzhledem a technickým vybavením .

Vnitřní provedení

1. Konstrukce komory z klasických zdících materiálů, nebo z materiálů nabízených specializovanými firmami. Vnitřní obložení keramikou (klasická a především estetická varianta) - možnost různého designu. Vzhledem k bezpečnosti (zaoblení hran) a požadavku na určitý typ vzhledu (orient, Osman, Řím apod.) je velmi často využívána mozaika (častěji skleněná, ale i keramická); tvar sedaček a ostatních interiérových prvků je možno zvolit libovolně dle přání zákazníka -

obvyklé jsou ergonomicky tvarované sedáky včetně opěráků případně s područkami - fantazii se meze nekladou !

2. Akrylátový box - při možnosti umístit typový box určitého rozměru a při nižších nárocích na vzhled, sedačky jsou také řešeny jako hotový výlisek z akrylátu. Při volbě tohoto typu však stejně neodpadne nutnost dokončit parní komoru stavebně (vnější obezdění či jiné obložení samozřejmě s ohledem na přístup k parní technologii). Na první pohled snadnější montáž je ve skutečnosti srovnatelná s předchozí metodou, ne-li náročnější. Výsledná investice do akrylátové parní komory je většinou tedy dražší, než při stavbě komory klasickou metodou.

Využití

Obecně jsou teploty oproti klasické finské sauně nižší (dle typu využití 37°C - 50°C) a vlhkost regulovatelná (opět dle typu využití 50% - 100% relativní vlhkost). Možno kombinovat s dávkováním vonných esencí.

Pokud je zabudováno v parní komoře ještě další externí vytápění (v podlaze by mělo být správně vždy) - tj. v sedačkách, opěrákách a případně ve stěnách je možno komoru využívat i v nižších teplotních režimech a používat komoru pouze jako "prohřívárnu" a dodávku páry použít třeba jen jako "nosič" vonné esence - páry v komoře je tedy jen málo. V komerčních provozech to navíc pomůže zajistit non-stop provoz i v případě dočasného odstavení generátoru páry (porucha, servis apod.).

V parní komoře je zaručená jemná péče o pokožku a díky nižším teplotám pomoc(úleva) dýchacímu ústrojí. Pobyt v parní lázni bývá obecně také delší (individuálně 20 - 40 min.). Po použití následuje obvykle sprcha a odpočinek bez návratu do páry. Možno zařadit masáž.

Pořízení parní komory

Jestli-že u tzv. finské sauny je lepší svěřit dodávku a montáž odborné firmě, tak u parních lázní to platí dvojnásob. Ten, kdo hodlá pořídit parní lázeň, by si vždy měl udělat přehled o tom, co která firma nabízí. Některé firmy nabídnou pouze generátor, již ale nejsou schopny poradit zákazníkovi se stavbou samotné parní komory. Pro správné fungování parní komory, bezpečnost a v neposlední řadě estetický dojem je přímo nutností využít bohatých zkušeností odborných firem a aplikovat je při stavbě právě té své parní komory. Je nutné si uvědomit že stavební připravenost pro instalaci parní technologie je vždy náročnější než u finské sauny, ale od toho jsou tu právě odborné firmy aby Vám se vším poradily. Správná firma Vám buď nabídne know-how pro stavbu parní komory, nebo Vám nabídne i dodávku na klíč (technologie + komora)!