



Sauna-Posten

Info fra Det Danske Saunaselskab til medlemmerne og andre interesserede

19. oktober 2019

Indhold:

Fortid:

**Saunagus VM i Berendonck, Holland.
Lidt om saunaovne!?**



Fremtid:

Diana 50.

Saunaeventen i Aarhus i november aflyst.

Gusmesterkurser!

Saunarejsen til Skt. Petersborg!

Nordsjællands Største Vinterbadeevent.

Saunarejsen 2020?

Nye saunahatte til medlemspris.

Andre produkter med DDS logo!?

Faste rubrikker:

Støttemedlemmer

Nye medlemmer

Saunagus VM i Berendonck, Holland.

I ugen fra d. 16. til den 22. blev der afholdt VM i saunagus i Berendonck i Holland, hvor der var mange danske gæster hele ugen, især på finalen lørdag, var der ca. 50 danskere til at heppe på de danske deltagere og se nogle af verdens bedste gus udført i teatersaunaen i det splinternye wellness anlæg, der er bygget som en kopi af Taj Mahal, med bl. a. 11 saunaer i alt. Vi blev vidne til, at verdenshistoriens første kvinde blev verdensmester. Det var Karolina Jarzabek fra Polen med et super gennemført show. I teamgus blev det også polsk med Kasia Klajn & Łukasz Dłużniewski som verdensmestre, de kan det der i Polen, som er vært



ved VM i 2020 i Palac Saturn i Celadz nær ved Katowice. Anders Hage fra Nordic Health & Living var desværre den eneste dansker, der kvalificerede sig til finalen med en 7. plads i de indledende gus og i finalen var der et par smuttere, i det selskab koster det dyrt, så han sluttede på en 8. plads i finalen. De øvrige danske deltagere placerede sig således:

Single: Henrik Baunkjær fra Hotel Skodsborg Spa blev nr. 14. Team: Henrik Baunkjær, Ivan Als og Sebastian Leth Klinge, som stille op for Hotel Skodsborg Spa, blev nr. 15 og Merete Dam/Anders Hage fra Nordic Health & Living blev nr. 21. Desuden skal vi ikke glemme vores næstformand Pang og Christina Borring fra Frederiksberg Svømmehal der var dommere. Der er mængder af billeder på Facebook: [https://www.facebook.com/pg/aufguss.wm/photos/?tab=album&album_id=2526570947562153&ref=page_ernal](https://www.facebook.com/pg/aufguss.wm/photos/?tab=album&album_id=2526570947562153&ref=page_internal) her er nogle få udvalgte:



Lidt om saunaovne!

Saunaselskabet kan optræde med forskellige foredrag med tilhørende multimedia show om forskellige emner inden for sauna verdenen, bl. a. et om saunaens historie og udbredelse med forskellige eksempler på saunaer fra nær og fjern. Som en del af dette, har vi plukket lidt om saunaovnens historie og konstruktion. De første saunaer har nok været noget, som lignede de indianske "inipier", hvor man varmede sten op til de blev rødglødende og derefter bar dem ind til en fordybning midt i et lille kuppelformet telt. De holdt ikke varmen så længe, så i Finland, de baltiske stater og Rusland. Flyttede man bålet ind i en lille træbygning med højt anbragte bænke (fordi varmen trænger op under loftet). Det kunne blive udformet som en stenovn uden skorsten, hvor røgen gik op imellem en stor bunke sten omkring og over ildstedet, som kunne være foret med ildfaste sten. Her blev så varmet i mange timer indtil de nederste sten blev rødglødende. Så lod man det brænde ud og fjernede de sidste gløder og asken, hvorefter der blev luftet ud og bænkene og væggene blev vasket rene for sod. Herefter kunne det fungere som en såkaldt røgsauna i flere timer. Ofte

udnyttede man røgen lige over ovnen til at ryge kød eller fisk i opvarmningstiden – en lækkerbissen. Denne gammeldags type saunaer er ved at få en renæssance i vore dage, men mest i store offentlige saunaer f. eks. Löyly i Helsinki.

Det var en tidskrævende procedure, så derfor fandt man i begyndelsen af 1900 tallet på at indkapsle stenene i en tønde med en skorsten ovenpå, så slap man for at vaske sod af og opvarmningen gik meget hurtigere, nu "kun" 2-3 timer.

Efterhånden som vi kom op i 50'erne og 60'erne fandt man på, at adskille brændkammeret fra stenkammeret, så man fik indirekte opvarmning af stenene og det blev muligt at varme ovnen kontinuerligt også imedens man brugte saunaen, samtidig med at man nu fik opvarmningstiden ned på 45-60 min. I samme tidsrum begyndte man at bruge ovne opvarmede af elektriske varmelegemer, så de kunne bruges i små saunaer i etageejendommenes badeværelser. I Finland er de fleste sommerhussaunaer opvarmet med træ, mens mange ejendomme har el-opvarmede saunaer, der hvor der ikke er så god adgang til brænde.

De elektriske ovne kan have mange udformninger, men grundlæggende er der to typer. Den ene med de uundværlige saunasten anbragt imellem og tæt op ad varmelegemerne og den anden med et separat stenkammer anbragt lige over varmelegemerne.



Diana 50!

Diana Mauersberger Skrijel, som mange kender fra Bjerringbro Idrætspark, og som blev Danmarksmester allerede i 2007 i Nørresundby Svømmeland, hvor hun stillede op for Viborg Svømmehal. Desuden fik hun en 3. plads i showgus (dengang Freestyle gus) i Frederiksberg Svømmehal i 2010. Det blev til en 2. plads i showgus i 2017 på hjemmebane i Bjerringbro Idrætspark og en 3. plads i showgus i Lalandia i 2018 (se foto taget af Mikkel Breinholt). Ind imellem har Diana været dommer og medarrangør af flere DM, samt flerårigt medlem af DM sekretariatet, så hun er en aktiv kvinde, som lige pludselig fylder 50 år d. 1. november 2019, hvor hun inviterer til fødselsdagsgus d. 2. november i [Bjerringbro Idræts- & Kulturcenter](#) se:



<https://www.facebook.com/events/224092825177691/>

Diana kommer oprindeligt fra det hedengangne DDR, hvor hun var elitesvømmer. Vi siger til lykke med den meget runde fødselsdag!

Saunaeventen i Aarhus i november aflyst.

På grund af Bjarne Elmstrøms alt for tidlige bortgang, ser vi os desværre nødsaget til at aflyse sauna eventen i Aarhus, som ellers har fundet sted den første weekend i november de sidste to år.

Gusmesterkurser!

Vores meget populære gusmesterkurser har fået så lang en venteliste, at vi har fundet et par datoer lidt ud i fremtiden. Det er lørdag d. 7. december kl. 09.00 i Vestbad, Brøndby/Rødovre. Dette kursus er blevet tilbudt alle på ventelisten, der er dog stadig få ledige pladser. Næste kursus bliver lørdag d. 29. februar samme tid og sted. Vi har efterhånden uddannet over 150 gusmestre siden december 2013 og alle kursisterne har været meget tilfredse, selv de, der har fungeret som gusmestre i flere år og sågar har deltaget i saunagus DM. Nogle har endog givet udtryk for, at det var det bedste kursus de havde været på – uanset emnet!! Flere af vores gusmestre har fået fast job som gusmestre i velrenommerede badeanlæg fordi de kunne vise deres kursusbevis fra Det Danske Saunaselskab!

Saunarejsen til Skt. Petersborg!!

Der er mange, der har efterlyst flere informationer om den spændende saunarejse til Skt. Petersborg og omegn, hvor vi skal studere den russiske banja kultur – og selvfølgelig også være turister, når nu vi er der alligevel.

I mellemtiden har man ændret reglerne om visum, så det er muligt at komme til Skt. Petersborg på et såkaldt E-visum på mobilen og så er det gratis – vi håber russerne ikke fortryder det i mellemtiden!

Rejseudvalget har fundet en dato til foråret, hvor det ikke kommer til at koste ferie eller fridage, men til gengæld koster det en Påskeferie! Afgang Skærtorsdag d. 9/4-20 og hjemkomst 2. Påskedag d. 13/4-20. Foreløbig kan vi afsløre, at planerne går på fly til Skt. Petersborg via Riga, eller direkte fly, fordi SAS har planer om at oprette denne rute til sommer, men hvornår SAS mener det er sommer står lidt hen i det uvisse, og de holder kortene tæt ind til kroppen! Vi satser på, at alle selv køber flybilletter, da bestillinger med 1-2 ad gangen holder prisen nede. Bestiller vi til hele holdet på en gang vil prisen erfaringsmæssigt pludselig stige med 30-40 %. Vi sørger for afhentning med bus fra lufthavnen, overnatning i det centrale Skt. Petersborg og både en guidet byvandring og en guidet busrundtur med dansktalende guide i byen og sauna mindst en gang per dag. Når vi skal hjem kører bussen os til lufthavnen. Vi vender tilbage i næste nr. af Sauna-Posten med flere detaljer og den endelige pris.

Men sæt allerede nu x i kalenderen, eller skriv til os på info@saunaselskab.dk hvis du mener at datoen er helt hen i vejret!

Nordsjællands Største Vinterbadeevent!?

Espergærde Badelaug har inviteret til vinterbadeevent søndag d. 29. december 2019 i Espergærde Havn og på stranden umiddelbart Syd for havnen. Der har vi i Saunaselskabet i princippet sagt ja, men det kniber desværre med at bemane vores mobilsauna Birkely, så vi søger 1-2 medlemmer, der kan gå til hånd med

at holde ovnen i gang, snakke med publikum og måske lave et par saunagus. Formanden skal nok køre den op til Espergærde, men han kan ikke klare det hele alene. Skriv til os på samme adresse som ovenfor, send IKKE som direkte svar på denne nyhedsmail!

Saunarejsen 2020?

Bliver så i sagens natur om efteråret, hvor vi går og pønser på en bustur til Berlin og omegn med besøg hos bl. a. Satama, der har været vært for flere omgange af saunagus VM, alternative forslag modtages gerne, såvel som input til saunaer i Berlin området som simpelthen skal besøges! Det kunne f. eks. blive i uge 42.

Nye saunahatte til god medlemspris.

Vi har nu fået indkøbt nye saunahatte i en god kraftig kvalitet til en normal pris på kr. 199,- og din medlemspris er kr. 100,- plus evt. forsendelsesomkostninger! (Kan også afhentes i Ishøj!) Du kan bestille med en mail til info@saunaselskab.dk og betale enten med bankoverførsel eller Mobile Pay, numrene står (altid) nederst i Sauna-Posten. Her er et foto af huen med saunaselskabets logo broderet foran. Huen er en stor størrelse, der kan passe til selv de klogeste medlemmer. Til mindre hoveder kan den foldes op i kanten.



Andre produkter med DDS logo!?

Vi arbejder på at finde humane priser på bade/vifte/sidde håndklæder med Saunaselskabets logo på, hvis du har et andet forslag, er du velkommen til at fortælle os om det.



Støttemedlemmer



BADEANSTALTEN SPANIEN



Nye medlemmer

Som en medlemsservice byder vi hermed velkommen til de medlemmer, der har meldt sig ind siden sidste "Sauna-Posten".

I denne måned fik vi 8 nye medlemmer, fra København, Viborg, Frederiksberg og Brønshøj. Af hensyn til GDPR reglerne må vi ikke offentliggøre navnene.

Vi håber De vil få glæde af Deres medlemskab i forhåbentlig mange år fremover.

PS: Husk at du kan altid holde dig orienteret om, hvad der foregår i saunaverdenen om f. eks. hvor der afholdes gus arrangementer og lign. på den offentlige FB gruppe "Saunavenner", og hvis du vil booke mobilsaunaen Birkely eller en teltsauna, kan du gå ind under aktiviteter og kigge i aktivitets kalenderen på vores hjemmeside, hvor alle bookninger og andre saunaselskabs relaterede events er kalendersat. Se: <https://saunaselskab.dk/aktiviteter/> den ligger nederst på siden!

Det Danske Saunaselskab har som formål at udbrede kendskabet til finsk saunakultur og værne om de traditionelle saunaskikke. Desuden er det selskabets opgave at fremhæve saunabadningens generelle betydning for et sundt liv og livsstil.

Evt. donationer modtages gerne på **konto nr. 1551-3719292445**, tilmeldingsblanket findes på hjemmesiden, og husk, at indmeldelser efter 1. november gælder for hele det næste år, og giver stemmeret på generalforsamlingen i marts. **NB: Også betalingsmulighed med Mobile Pay nr. 88426**

Det Danske Saunaselskab, c/o Michael B. Jensen, Vejlebrovej 136, 1. tv. 2635 Ishøj
info@saunaselskab.dk · www.saunaselskab.dk