

KLAFS

UND DIE WELT KANN WARTEN...



TAG DER BADENDEN MEISTER

11. April 2019

Caroline Wüest, Geschäftsleiterin

Martin Thurnheer, Projektberater

AGENDA

- **Wie geht eigentlich Saunabaden?**
- **Was ist bei der Planung eines neuen Wellnessbereichs am wichtigsten?**
- **Was sind die Hauptunterschiede Hotelspa / Hallebad**
- **Fragen & Antworten**

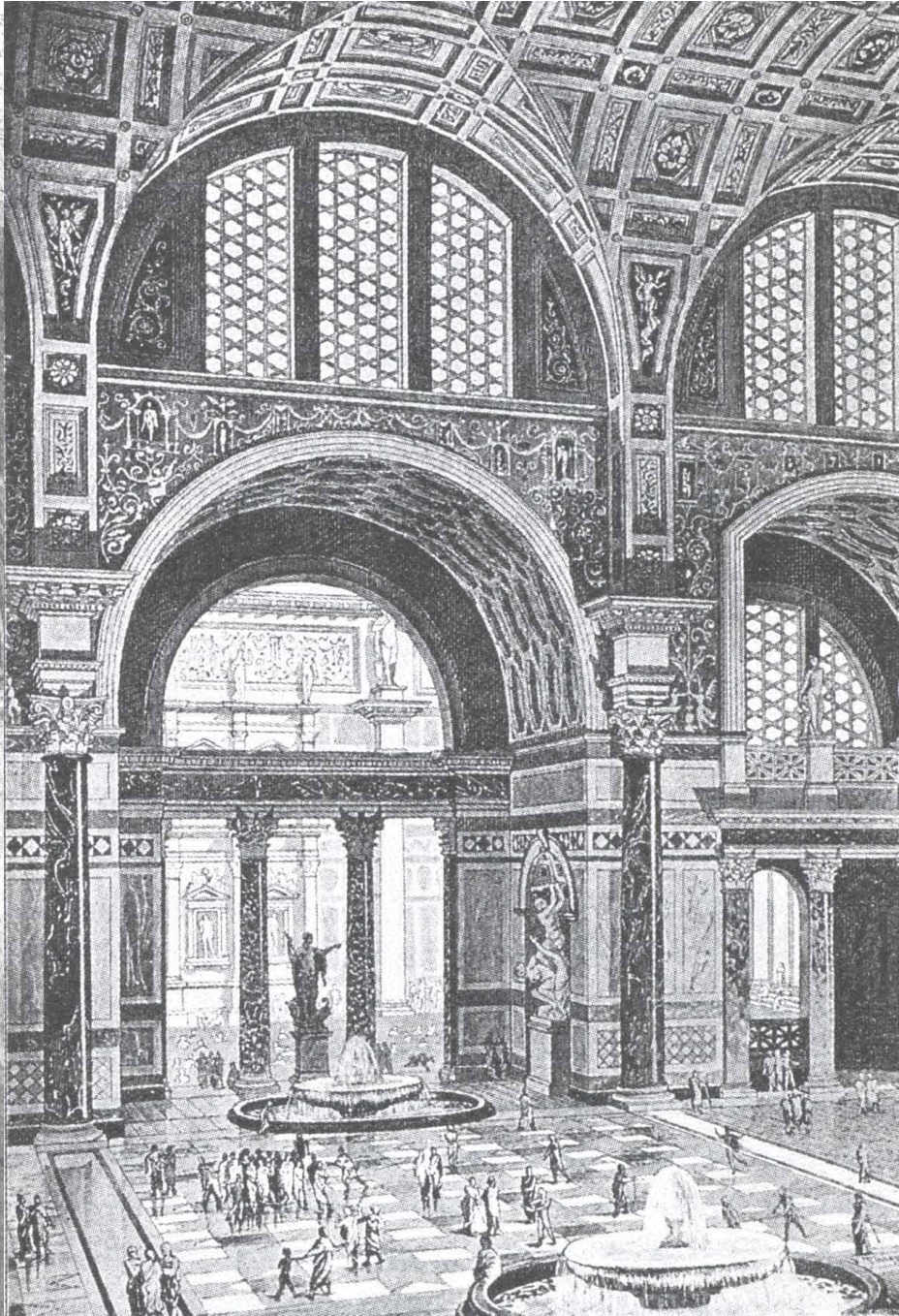
WIE GEHT EIGENTLICH SAUNABADEN?



Geschichte der Sauna

Steinschwitzbad im Zelt als "Ur-Sauna" gab es schon in der Steinzeit in Nordamerika, Nordeuropa und Asien.





Warmluftbad
Römer und Griechen

Die Römer trieben das
Badewesen zur
Gigantomanie bis zum
5 Jahrhundert n. Chr.

Barockbad

Reinigung

Massage

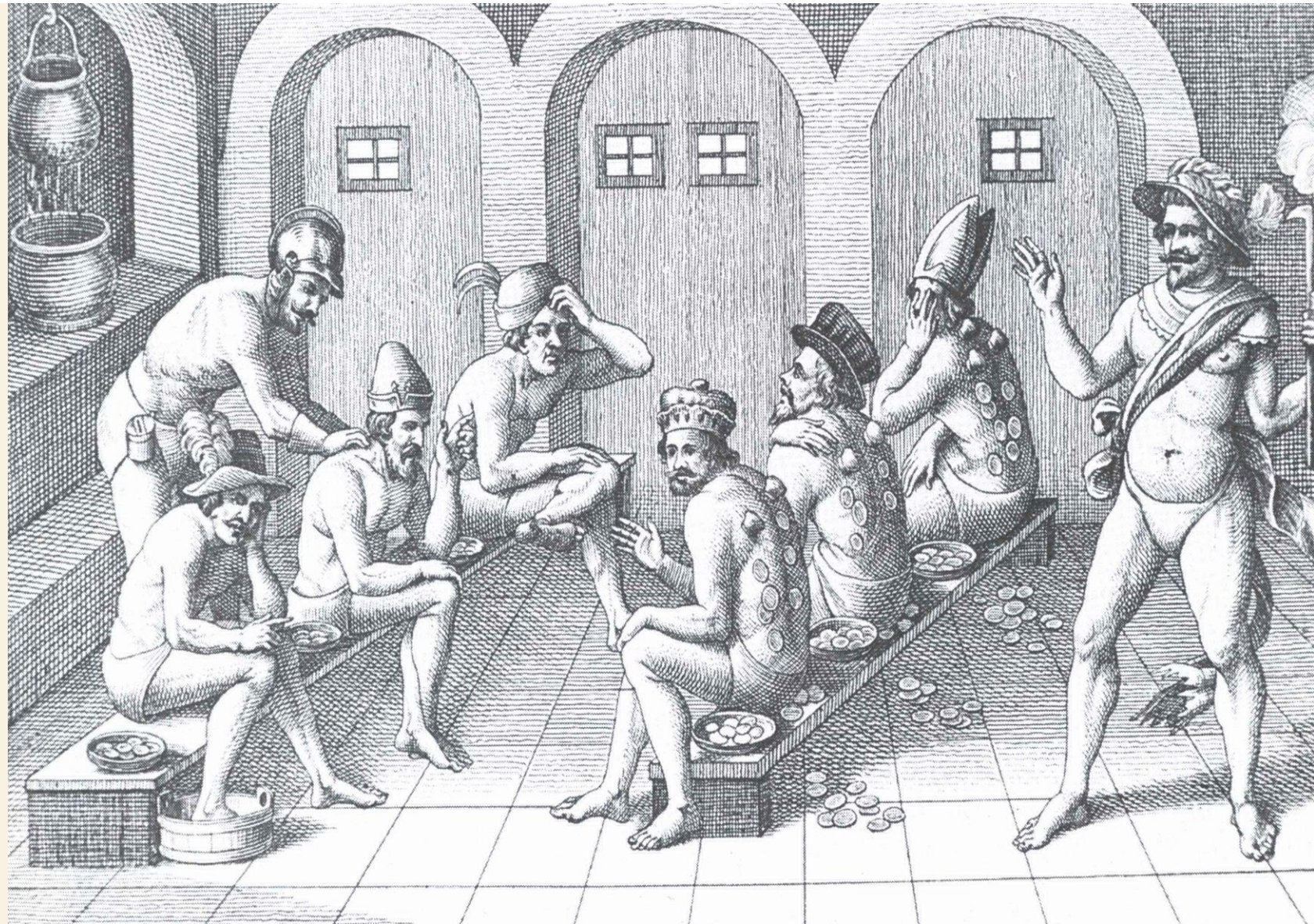
Rasur

Schröpfen

Eingriffe

Etc..

Alles in einem Raum...



Nur die Sauna in Finnland und die
Banja in Nordrussland hielten dieser
Entwicklung stand.



Berühmtes Kickoff der Sauna
bei Olympia 1924: (Bild)

2 Finnen gewannen bei
glühender Hitze 2 Medallien.

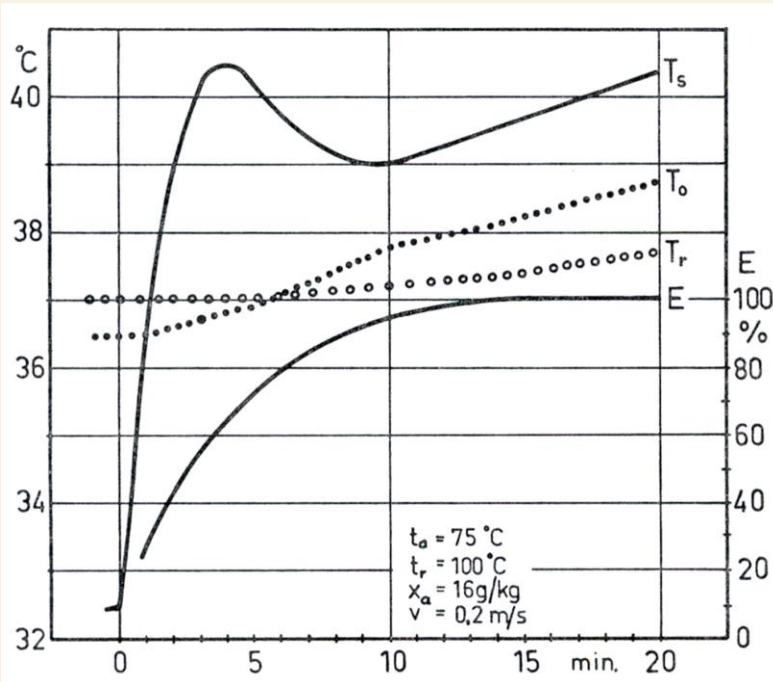
Zum ersten mal wurde danach die
Sauna auf die Wirkung
untersucht...



WAS PASSIERT IM KÖRPER IN DER SAUNA?

GRUNDLAGEN DES SAUNABADENS

2 Phasen der Aufwärmung des Körpers beim Saunagang:



T_s = mittlere Hauttemperatur
 T_o = mittlere Speiseröhren-Temperatur
 T_r = mittlere Rektaltemperatur
 E = Verdunstungsgeschwindigkeit

1. Phase (1 – 5 Minuten):

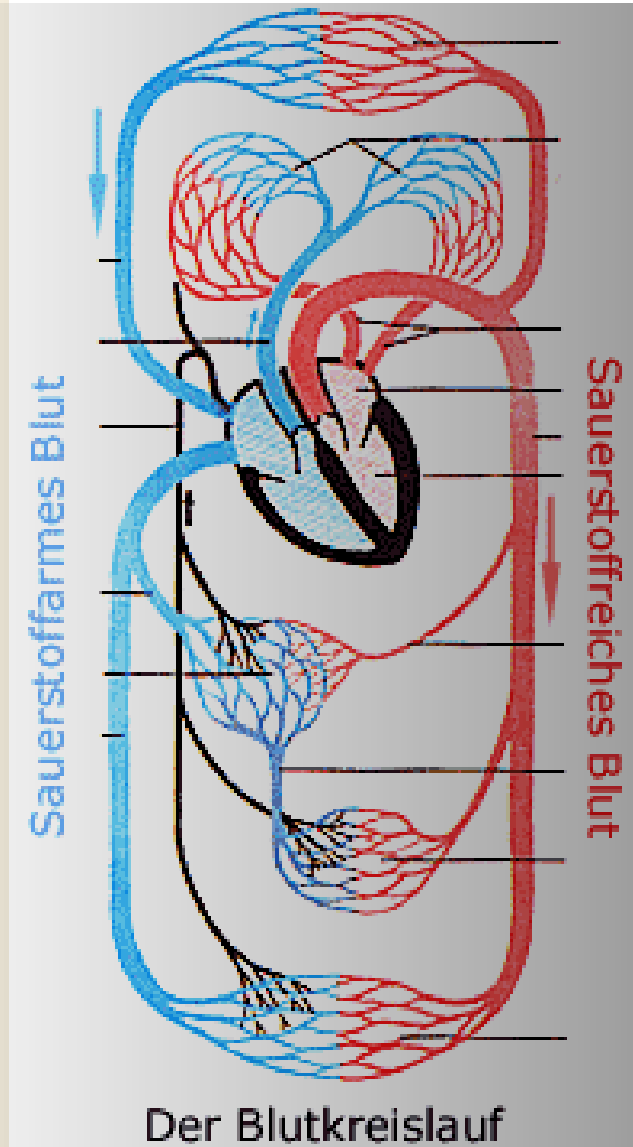
steiler Anstieg der Hauttemperatur auf ca. 40°C ;
 Verdunstungsgeschwindigkeit gering;
 Temperaturänderungen in den tieferen Körperregionen noch unbedeutend.

2. Phase (5 – 10 Minuten):

rapider Rückgang der Hauttemperaturanstiegsgeschwindigkeit; kräftiges Schwitzen setzt ein;
 Verdunstungsgeschwindigkeit erreicht Endwert.

DER MOTOR DES MENSCHEN – DAS HERZ/KREISLAUFSYSTEM

- 1 Muskelpumpe dem sogenannten Herz
- +
90.000 km Leitungsverlegung
- +
100 Millionen Zellen
- +
5,6 Litern Blut



EFFEKT DER SAUNA: KREISLAUF

- | Herzmuskel wird gestärkt
- | Durchblutung wird gefördert
- | Aorta und Venen werden gestärkt
- | Gasaustausch wird besser
- | Sauerstoffversorgung wird erhöht
- | Bluthochdruck wird durch die Entspannung der Gefäße reguliert
- | Niedriger Blutdruck gleicht sich durch die Kräftigung von Herz und Venen aus



EFFEKT DER SAUNA: HAUT

- | Wärme und Kältereize werden trainiert
- | Die Schweißdrüsen bleiben intakt
- | Die Reinigung der Haut wird gefördert
- | Die Atmungsaktivität der Haut bleibt erhalten
- | Die Durchblutung verbessert sich
- | Der Hautsäurespiegel wird regeneriert



ZUSAMMENFASSEND:

Saunabaden ist die wechselweise Anwendung von Aufwärmen und Abkühlen des Körpers

Dadurch kommt es zu einer ganzen Reihe von Anpassungsprozessen, die sich positiv auf Wohlbefinden und Gesundheit auswirken.

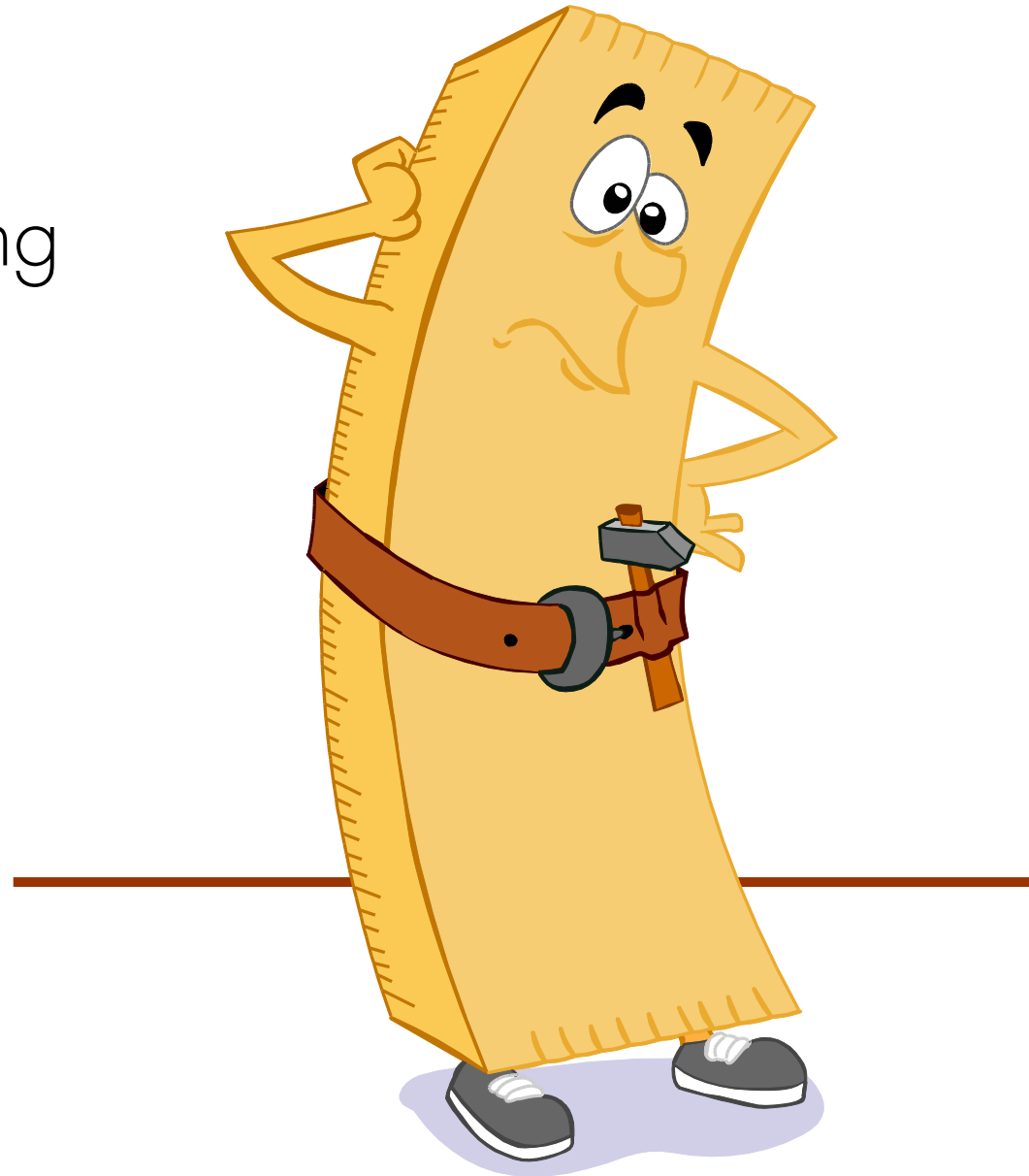


UM EINE ERWARTETE GESUNDHEITLICHE WIRKUNG ZU ERREICHEN KOMMT ES
AUCH AUF DAS RICHTIGE KLIMA AN

- | Grösse und Bauweise der Sauna
- | Be und Entlüftung
- | Ofen und Steuerung
- | Holz
- | Ambiente

Wellness – Projekt in Planung

was nun ???



Wichtig: Ruhe bewahren und erst mal ein Konzept erstellen.

1. Marktanalyse: was gibt es schon in der Region? Potential für Wellnessgäste?
2. Ziele: Profit Center oder einfach nur ein Mehrwert für Vorhandenes?
3. Budgetvorgaben?
4. Ausrichtung des Wellnessbereichs: Gesundheit, Sport, Beauty oder andere?
5. Personal vorhanden? Öffnungszeiten? Anzahl Gäste?
6. Alles geklärt? Erst dann kommt die Konzeptplanung über Inhalt und Design.

Wenn das Konzept steht, kommt die Planung und die Architektur.



Grundriss Spa & Treatment



Bearbeiter
M. Meier

Datum
26.06.2007

Maßstab
M1:100

Projekt
Vorentwurf - Neubau Wellness & Spa
Grundriss Wellness

Bauherr
Hotel 'Schöne Aussicht'
80808 Musterstadt

Plan-Nr.
A2007-000a

KLAFS
MY SAUNA AND SPA



Verschiedene Ansprüche

Hotel

- | Gästemix? (Hotelgäste / Externe Gäste)
- | Garderoben? (Tagesgäste vs. Hotelgäste)
- | Spa Reception und Spa Bistro
- | Design oft als Visitenkarte
- | Spa als Profitcenter mit Treatments oder als Zusatz für Hotelgäste
- | Nacktzone Spa
- | Badetücher – Logistik wichtig
- | Funktionalität oft vernachlässigt
- | Separate Ruheräume / Ruhezone
- | Zugang durch das Hotel im Bademantel möglich

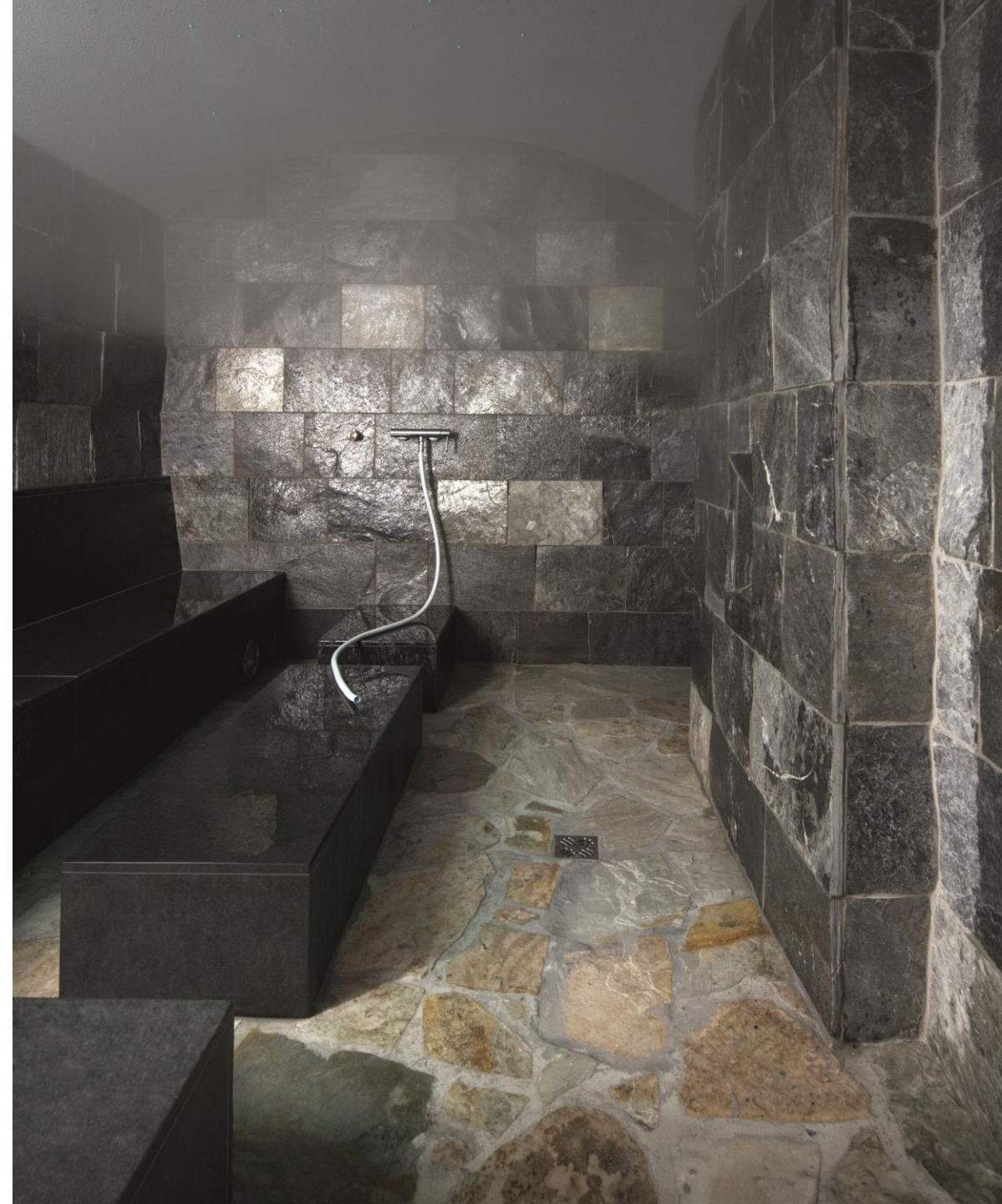
Hallenbad / Therme

- | Externe Gäste, grössere Anzahl Gäste → grössere Kabinen, mehr Duschen und Bewegungsflächen.
- | Garderoben, Schränke und Duschen ein MUSS
- | Gäste bringen meist eigene Tücher
- | Funktionalität sehr wichtig (Hygiene, Platz, Sicherheit...)
- | Separater Bereich zu Hallenbad, Fitness, etc.
→ Textilfrei!
- | Hygiene extrem wichtig, darum Funktionalität vor Design.









- 5 Faktoren Verkaufsphilosophie
- 5 Faktoren Verkaufsphilosophie

Ein paar Neue Ideen der Spa Branche...







Example «waterfall»





Danke für Ihre
Aufmerksamkeit!