

IGLU SAUNA – očista těla i duše

Pojďte s námi, ponořte se do svého nitra, nechte myšlenky volně plynout, zapomeňte na ubíhající čas a očistěte tělo i duši svým vlastním rituálem... Prosím, vstupte.

Saunování je jednou z nejstarších forem očisty těla. I když archeologové nemůžou jednoznačně potvrdit původ potní lázně před Římany, všeobecně se má za to, že tomu opravdu tak bylo. Co však již víme přesně, je místo, kde došlo ke zdokonalení tohoto blahodárného ri-



tuálu. Byly to staré severské kmeny, pro které se saunování stalo nedílnou součástí života. První zmínky se objevují ve spisech z 11. a 12. století, kdy sauna byla svědkem všech důležitých kmenových událostí. Místem, kde ženy rodily a mu-

ži hledali harmonii před velkými svátky uctívání bohů.

Ve středověku byla parní lázeň povětšinou oblíbená v celé Evropě, ale přesto se v 16. století Klaus Magnus ve svých spisech zmiňuje, že nikde není parní lázeň tak důležitá jako právě v severní Evropě.

Finská sauna se v těch dobách od dnešní sauny lišila. Jednalo se o tzv. **kouřovou saunu**. Jejím hlavním znakem byl silně zakouřený vnitřní prostor. Saze z otevřených kamen doslova zakrývaly každíčké místo. Jakmile se velká zásoba kamenů v kamnech zahřála, přestalo se topit,



sauna se vymyla od sazí a saunování mohlo začít. Dnes se s kouřovou saunou můžeme setkat jen velmi vzácně.

Způsoby využití sauny se měnily stejně jako životní styl lidí. Pro dnešního člověka se sau-



nování stává stále více neodmyslitelnou součástí každodenního života. A možná, že právě dnes je její přínos, více než kdy jindy, důležitý v boji s civilizačními chorobami. Přináší kompletní relaxaci mysli a těla, navozuje harmonii. Je účinným protijedem na stres z každodenních tlaků současného hektického způsobu života.

Nejste-li právě vyznavačem saun, nevadí, nemusíte se vzdát léčivých účinků tepla na organismus. Stejně blahodárné může působit i termální koupel v koupacích sudech.

Očistěte tělo i duši svými vlastními koupelovými rituály. Na chvíli se zastavte a jen vnímejte to blahodárné teplo.

Ať již upřednostníte saunu nebo koupací sud, vždy se snažte přiklonit k tradičnímu materiálu – dřevu. Pouze to vám svou vůni a energií umocní požitky z relaxace.

Komu jinému svěřit výrobu saun či koupacích sudů než právě seveřanům. Zde se již po staletí dědí z otců na syny moudrost a řemeslný um dávných stavitelů.

Pouze staří mistři dokážou najít správné dřevo, které provoní celý interiér a zároveň vydrží po dlouhá léta prudké střídání teplot bez sebe- menší újmy na kráse.



KELIWOOD ✓
srubové stavby

Stavíme vaše sny 

Více informací: www.iglusauna.cz