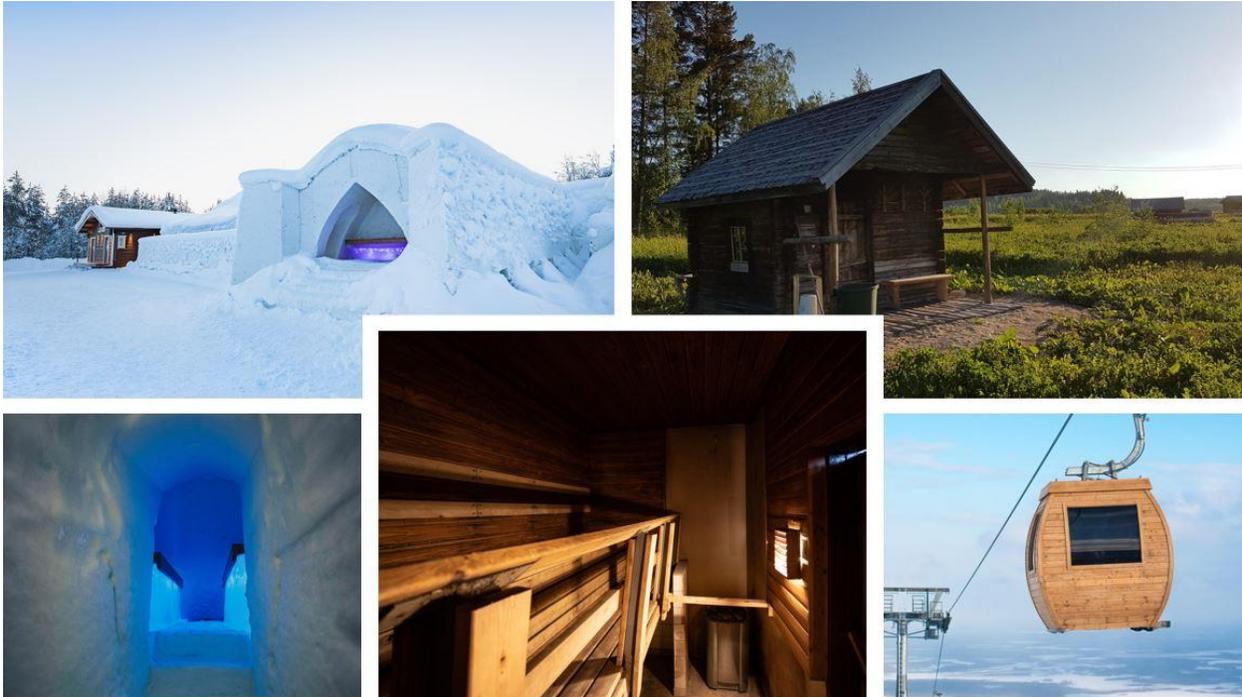


## Fünf besondere Saunen im glücklichsten Land der Welt

*Sauna in Nervenheilanstalt – Saunagondel – Schneesauna – die älteste Sauna Finnlands –  
Saunadorf Jämsä*



**Frankfurt am Main/Helsinki, 08. August 2022.** Über drei Millionen Saunen in einem Land mit nur 5,5 Millionen Einwohner – die Sauna ist seit Jahrhunderten fest im kulturellen Erbe Finnlands verankert. Die Vielfalt der unzähligen Saunavarianten erscheint dabei unzweifelhaft – Rauch-, Eis- oder Dampfsaunen sind nur einige von ihnen. Visit Finland stellt daher fünf recht außergewöhnliche Saunen vor:

### 1) Am Rande des Wahnsinns – die Lähde Sauna in der ehemaligen Nervenheilanstalt

Die Wände, die Decken, das Mobiliar – sie alle muten steril an, hinterlassen einen bleibenden Eindruck. Die [Lähde Sauna](#) ist die wohl älteste öffentlich zugängliche Sauna der finnischen Hauptstadt. Erbaut in den 1880er-Jahren war sie Teil der ersten psychiatrischen Klinik Finnlands, die gleichzeitig zu den ältesten psychiatrischen Behandlungseinrichtungen Europas gehört. Hier saunieren Gäste heute auf den noch immer erhaltenen Holzbänken, auf denen bereits die Patienten ins Schwitzen gerieten.

## **2) In schwindelerregenden Höhen – die Saunagondel in Lapland**

Eine zwanzigminütige Fahrt, 430 Höhenmeter, ein Blick über den Fjell – die weltweit einzige [Saunagondel](#) lädt bis zu vier Gäste gleichzeitig zu einem Saunabesuch ein. Bis auf den Gipfel des Yllästunturi führt die atemberaubende Fahrt, die die weiten Landschaften der finnisch-schwedischen Grenze am Horizont versinken lassen. Das Highlight: Bei entsprechendem Wetter lassen sich die Polarlichter während des Saunagangs beobachten. Anschließend lockt das „Café Gondola“ mit einem beheizten Kaminzimmer oder einem freistehenden Whirlpool.

## **3) Feuer und Eis – die Schneesauna im Arctic SnowHotel & Glass Igloos**

Das nahezu gänzlich aus Eis und Schnee geformte [Arctic SnowHotel & Glass Igloos](#) im lappischen Rovaniemi bietet ein ganz besonderes Highlight: die [Schneesauna](#). Diese kann in Kombination mit einer traditionellen Sauna zwischen Dezember und März täglich genutzt werden. Eingehüllt in dicken Wänden aus Schnee und Eis schützt der Saunaofen vor der ausstrahlenden Kälte, wärmt die ermüdeten Glieder und löst Muskelverspannungen.

## **4) Die älteste öffentliche Sauna Finnlands – die Rajaportti Sauna**

In der Saunawelthauptstadt Tampere findet sich die älteste noch erhaltene öffentliche Sauna Finnlands – [die Rajaportti Sauna](#). Diese ist nur eine von über 50 Saunen, die kennzeichnend für die Region sind. Im Jahr 1906 eröffnet, befindet sie sich noch heute weitgehend in unverändertem Zustand. Eingehüllt in einen sanften Wasserdampf schwitzen Gäste hier auf über 100 Jahre alten Holzbänken – und springen danach das ganze Jahr über in den naheliegenden See.

## **5) Die weltweit größte Ansammlung finnischer Rauchsaunen – das Saunadorf Jämsä**

[Saunakylä](#) – ein ganzes Dorf voller Saunen nur wenige Kilometer vom mittelfinnischen Jämsä. Über 24 traditionelle Rauchsaunen führen Besucher auf eine Reise in die jahrhundertealte Geschichte des kulturellen Erbes Finnlands. Die ältesten stammen dabei aus dem 18. Jahrhundert, die neuesten repräsentieren den Rauchsaunastil der 1940er-Jahre. Bei entsprechender Voranmeldungen sind Führungen, Rundgänge und Saunagänge zu den vorgegebenen Zeiten möglich. Besuchen kann man das Dorf jedoch zu jeder Zeit kostenlos. Von

einem gemeinnützigen Verein geführt, versucht dieser vornehmlich eins: Die traditionelle Saunakultur für alle zu erhalten.

#### **ÜBER VISIT FINLAND**

Visit Finland hat sich zum Ziel gesetzt, Finnland als Reiseziel zu fördern, das Land an internationale Reisende zu vermarkten und Unternehmen der Reisebranche bei der Internationalisierung zu unterstützen. Visit Finland kooperiert mit touristischen Dienstleistungsunternehmen, Reiseveranstaltern, Transportunternehmen, Botschaften sowie den finnischen Regionen und ist Teil von Business Finland. Für weitere Informationen besuchen Sie bitte [www.visitfinland.com](http://www.visitfinland.com).

#### **Pressekontakt**

global communication experts

Rainer Fornauf/Marion Schön/Mirko Engel

Hanauer Landstraße 184, 60314 Frankfurt am Main

Tel.: +49 69 175371-034/-024/-056

E-Mail: [visit.finland@gce-agency.com](mailto:visit.finland@gce-agency.com)

Web: [www.visitfinland.com/de](http://www.visitfinland.com/de)

Instagram: [www.instagram.com/ourfinland](https://www.instagram.com/ourfinland)

Facebook: [www.facebook.com/visitfinland](https://www.facebook.com/visitfinland)

Twitter: [www.twitter.com/ourfinland](https://www.twitter.com/ourfinland)