

Tag der Sauna: innere Balance finden mit sinnlichen Erlebnissen von KLAFS



Am 24. September ist „Tag der Sauna“. In diesem Jahr steht er unter dem Motto „Innere Ruhe“ und erinnert daran, wie wohltuend ein Moment der Stille sein kann. Wenn draußen die Welt hektisch wird, schenkt ein Saunabad das, was im Alltag oft verlorengeht: innere Balance, und Regeneration. Mit innovativen Wellnessangeboten, die Wärme, Licht und Klang vereinen, verwandelt KLAFS – Weltmarktführer für Sauna, Wellness und Spa – das klassische Saunabad in ein ganzheitliches Erlebnis, das die Sinne stimuliert und tiefgreifende Erholung ermöglicht. Gerade jetzt, wenn die Tage kürzer werden und die Natur sich langsam wandelt, wächst die Sehnsucht nach Entschleunigung, Geborgenheit und Momenten des Innehaltens. Während Sauna-Enthusiasten die intensive Hitze auch im Sommer genießen, beginnt für viele nun die Zeit für wohltuende Saunabäder, um Körper wie Geist bewusst eine Pause zu gönnen.

Saunieren als Schlüssel zu innerer Balance

Ein Saunabesuch bedeutet weit mehr, als nur ins Schwitzen zu geraten. Er ist ein Ritual, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Die Hitze öffnet die Poren, regt die Durchblutung an und stärkt das Herz-Kreislauf-System. Durch den Wechsel von Wärme und Kälte trainiert der Körper seine Abwehrkräfte – ein natürlicher Schutzschild, der uns besser durch die Erkältungszeit bringt. Doch gleichzeitig zu all den körperlichen Effekten ist es vor allem die mentale Wirkung, die den Saunagang

so wertvoll macht. Stresshormone werden abgebaut, Verspannungen lösen sich, der Geist wird frei. Im Rhythmus von Aufguss und Abkühlung stellt sich fast automatisch eine tiefe Gelassenheit ein – ein Gefühl, das uns durch die Herausforderungen des Alltags trägt.

Multisensorische Erlebnisse für tiefe Entspannung

Neben dem Wechselspiel aus Hitze und Abkühlung machen inspirierende Innovationen den Saunabesuch zu einer Reise für alle Sinne. Sanfte Farbstimmungen beruhigen das Auge, harmonische Klangwelten schaffen einen meditativen Raum und die umhüllende Wärme vermittelt Geborgenheit – aus diesem Zusammenspiel entstehen Momente, in denen Stress verblasst und innere Ruhe spürbar wird. Denn durch die gezielte sinnliche Wahrnehmung richten wir den Fokus auf uns selbst. Multisensorische Erlebnisse machen den Saunagang so zu einer Quelle mentaler Stärke: Sie helfen, die Gedanken loszulassen und ein Gefühl von Ausgeglichenheit zu entfalten, das auch über die Auszeit hinaus nachwirkt.

Wellness zuhause: Design trifft Innovation

Um diese intensiven Augenblicke jederzeit genießen zu können, rückt das eigene Zuhause in den Mittelpunkt. Hier lassen sich kleine Auszeiten genau dann einschieben, wenn sie am meisten gebraucht werden. Mit diesem Anspruch entwickelt KLAFS vielfältige Lösungen, die individuelle Bedürfnisse ebenso wie architektonische Gegebenheiten berücksichtigen. Anspruchsvolles Design, das sich harmonisch in den Wohnraum integriert, trifft auf smarte Funktionen, die alle Wünsche des persönlichen Wohlbefindens erfüllen. So eröffnet etwa die ausfahrbare S1 SAUNA auch in kleinen Wohnungen den Weg zur inneren Ruhe. Im eingefahrenen Zustand so kompakt wie ein Schrank, verwandelt sie sich auf Knopfdruck in eine vollwertige Sauna. Dank der Verbindung aus modernster Technik und eleganter Ästhetik findet diese Wellnessoase überall einen Platz.



Eine Einladung an uns selbst

Der „Tag der Sauna“ am 24. September ist nicht nur der Start der Saison. Er ist eine Einladung, sich bewusste Pausen zu gönnen. Denn unsere Zeit ist laut, schnell und voller Reize. Ein Saunabad bietet die Gelegenheit, sich von all dem zu lösen und zu sich selbst zurückzukehren. In der Stille und Wärme der Sauna verlangsamt sich der Puls, die Gedanken ordnen sich und ein Gefühl der Klarheit und tiefer Zufriedenheit breitet sich aus. Jeder Saunagang schenkt uns die Möglichkeit, Gesundheit, Wohlbefinden und Balance miteinander zu verbinden. Mit den Innovationen von KLAFS wird dieses Erlebnis noch intensiver – ein Zusammenspiel aus sinnlichen Erfahrungen das uns sanft in unsere Mitte führt. Denn innere Ruhe ist heute vielleicht das wertvollste Gut überhaupt. Und manchmal ist sie nur einen Aufguss entfernt.

Bilder: ©KLAFS GmbH | www.klafs.de

Über KLAFS

Schon seit 1928 schafft KLAFS Orte der Entspannung für Körper und Geist. Und schafft es dabei immer wieder, mit wegweisenden Innovationen zu überraschen – so wie mit der Raumsauna KLAFS S1, die sich auf Knopfdruck innerhalb von 20 Sekunden von der Größe eines Wandschranks zur voll funktionsfähigen Sauna verwandelt. Durch diese Innovationskraft avancierte KLAFS vom einst kleinen Familienunternehmen zum weltweit agierenden Branchenführer. Heute arbeiten mehr als 800 Mitarbeiter daran, die stetig steigenden Ansprüche der Kunden zu erfüllen – und zu übertreffen. Vom kleinen privaten Saunatraum bis hin zum luxuriösen Hotel-Spa. Und das auf der ganzen Welt, mit kompetenter Beratung durch sorgfältig geschulte Fachberater und einem Vor-Ort-Service durch erfahrene Teams. Als Trendsetter der Sauna-, Pool- und Spa-Branche investiert KLAFS kontinuierlich in Forschung und Entwicklung, beispielsweise um die Energieeffizienz seiner Produkte noch weiter zu steigern.