

# Pressemitteilung

**24. September 2022:**

**Tag der Sauna in Deutschland**

**Motto: SAUNA. Ein gesundes Vergnügen!**



**Bereits zum neunten Mal wird deutschlandweit der Tag der Sauna gefeiert.**

**Das Motto in diesem Jahr: SAUNA. Ein gesundes Vergnügen!**

**Damit sollen die positiven gesundheitlichen Aspekte des Saunabadens auf Körper und Psyche in den Fokus gerückt werden. Der Tag der Sauna – jedes Jahr am 24. September - ist eine Gemeinschaftsaktion des Deutschen Saunabundes und vieler Saunabetriebe.**

Mit dem Tag der Sauna hat der Deutsche Sauna-Bund 2014 einen nationalen Aktionstag für die öffentlichen Saunaanlagen ins Leben gerufen, der sich immer größerer Beliebtheit bei Saunagästen und Medien erfreut. „Wir sind auch dabei!“, lautet deshalb die Devise zu Beginn der Sauna-Hochsaison im Herbst. Durch eine diesjährige repräsentative Befragung von Saunabegeisterten durch Verband wurde erhoben, welche Aspekte des Saunabadens am meisten Vergnügen bereiten. Das Ergebnis zeigt, dass dabei das Abschalten und Erholen vom Alltag (52%) an erster Stelle der deutschen Saunagäste steht. Der Wechsel von Heiß- und Kalt-Reizen (18%) belegte den zweiten Platz der Befragten. Den dritten Platz der Nennungen teilten sich das Gefühl des unbedeckten Saunabadens sowie und die Teilnahme an erlebnisorientierten Show-/Eventaufgüssen.

Damit die Vorlieben der BesucherInnen abgedeckt werden, bietet der Deutsche Sauna-Bund jedes Jahr einen Leitfaden mit Ideen und Anregungen zur Gestaltung eines thematisch einheitlichen Aktionstages in den Mitgliedsbetrieben des Verbandes an. Enthalten sind u.a. Vorschläge für Aktionsangebote, Beauty-Anwendungen, kulinarische Leckerbissen oder auch Ideen für Erlebnisaufgüsse. Wissenswerte Fakten rund um die positiven physischen, wie auch psychischen Auswirkungen des Saunabadens sind ebenfalls enthalten.

Eine Übersicht der teilnehmenden Saunabetriebe und ihre Aktionen werden auf der Website [www.tagdersauna.de](http://www.tagdersauna.de) veröffentlicht.

## **Websites**

[www.tagdersauna.de](http://www.tagdersauna.de)

[www.saunaindeutschland.com](http://www.saunaindeutschland.com)

[www.facebook.com/DeutscherSaunaBund](https://www.facebook.com/DeutscherSaunaBund)

<https://www.linkedin.com/company/80036258>

## **Hinweis**

Das Logo für den Tag der Sauna und die Pressemitteilung stehen unter dem Link zum Download bereit:

<https://tagdersauna.de/index.php/presse>

## **Kontakt**

*Deutscher Sauna-Bund e.V.*

*Jennifer Jaekel*

*Meisenstraße 83*

*33607 Bielefeld*

*Tel.: 0521 / 9 66 79 -22*

[\*j.jaekel@sauna-bund.de\*](mailto:j.jaekel@sauna-bund.de)

[\*www.sauna-bund.de\*](http://www.sauna-bund.de)