

Glossar A–Z

Begriff	Erklärung
Abachi	Afrikanisches Holz mit niedriger Wärmeleitfähigkeit
Aufguss	Wasser auf heiße Steine → Dampf → Wedeln
Biosauna	Milde Sauna (45–60°C, 40–55% Luftfeuchtigkeit)
Caldarium	Heißer, feuchter Raum (40–50°C), römisch
Dampfbad	Raum mit bis zu 100% Luftfeuchtigkeit
HSP	Hitzeschockproteine — schützende Proteine
Jjimjilbang	Koreanisches Ganztages-Badehaus
Kelo	Verwittertes finnisches Kiefernholz (100–500 Jahre)
Löyly	Finnisch für den Dampf beim Aufguss
MoA	Master of Aufguss — Profititel
ÖNORM	Österreichische Norm
Pestemal	Traditionelles türkisches Leinentuch
Savusauna	Finnische Rauchsauna
Schwitzkastl	Österreichisch für Sauna
Temazcal	Mesoamerikanische rituelle Schwitzhütte
Vihta/Vasta	Finnisches Birkenzweig-Bündel
Wenik	Russisches Birkenzweig-Bündel
Zirbe	Pinus cembra — DAS österreichische Sauna-Holz