Holzpflege, Reinigung & Hygiene

Warum Saunaholz besondere Pflege braucht

Saunaholz ist extremen Bedingungen ausgesetzt: abwechselnde Hitze bis 110 °C und hohe Luftfeuchtigkeit beim Aufguss. Ohne richtige Pflege vergraut das Holz, bildet Schimmel oder setzt unerwünschten Geruch ab.

Gut gepflegtes Saunaholz hält Jahrzehnte.

Holzpflege — Ölen & Behandeln

Welche Öle eignen sich?

Öl	Eigenschaften	Anwendung
Bioöl / Saunaöl (Lebensmittelqualität)	Lebensmittelecht, ohne Lösungsmittel	Bänke, Lehnen
Leinöl (gekocht)	Natürlich, schützend, atmungsaktiv	Innenverkleidung
Tung-Öl	Gut wasserbeständig, transparent	Alle Holzflächen
Osmo Holzschutz-Öl (spezielle Saunaserie)	Speziell für Saunaholz, PEFC-zertifiziert	Bänke, Boden
Spezielle Saunaöle (Harvia, KLAFS, EOS)	Auf Saunaholz abgestimmt	Bänke, Verkleidung

Was man NICHT verwenden darf

- **Lacke und Versiegelungen → bilden Film, atmen nicht, können bei Hitze ausdünsten**
- **Standardöle mit Lösungsmitteln → Ausgasung bei Hitze**
- **Bienenwachs in der Sauna → verstopft Poren, kein Schwitzen des Holzes**
- **Chemische Holzschutzbehandlungen → giftige Dämpfe!**

Pflegeanleitung Schritt für Schritt

1. **Sauna ausreichend abkühlen lassen (mind. 2–3 Stunden)**
2. **Trockene Bürste: losen Schmutz entfernen**
3. **Feines Schleifpapier (120er Körnung): bei starker Verfärbung vorsichtig abschleifen**
4. **Staubfrei machen (absaugen oder ausblasen)**
5. **Saunaöl dünn mit Pinsel oder Tuch auftragen (immer mit der Maserung!)**
6. **Einziehen lassen (15–20 Min.)**
7. **Überschuss mit sauberem Tuch abwischen**
8. **Sauna 1–2× kurz aufheizen → Öl brennt sich ein**
9. **Erste Benutzung nach 24 Stunden**

Intervall

- **Neue Sauna: ersten Monat 3× ölen**
- **Danach: 2–4× pro Jahr (je nach Nutzungsintensität)**
- **Bei stark verschmutzten Bänken: nach Bedarf**

Reinigung — Routine und Grundreinigung

Tägliche/Wöchentliche Reinigung

Bereich	Methode
Bänke	**Trocken abbürsten, Flecken mit feuchtem Tuch**
Wände	**Trocken abwischen (normalerweise kein Aufwand)**
Boden	**Schrubben mit warmem Wasser (kein Reinigungsmittel!)**
Ofen/Steine	**Nur prüfen — nie reinigen wenn heiß!**

Grundreinigung (monatlich/vierteljährlich)

1. **Sauna kalt und lüften lassen**
2. **Steine und Kübel entfernen**
3. **Bänke mit Holzbürste und warmem Wasser schrubben**
4. **Wände abwischen**

5. **Boden gründlich reinigen**
6. Gut trocknen lassen **— mindestens 4–6 Stunden, besser über Nacht, bei offener Tür!**

Desinfektion — wann und womit?

In der privaten Sauna: **Meist nicht nötig — regelmäßige Reinigung reicht.**

In öffentlichen/Vereins-Saunen: **Gelegentliche Desinfektion empfohlen.**

Mittel	Anwendung	Hinweis
Essig (5 %)	**1:10 mit Wasser verdünnt**	**Antibakteriell, natürlich, gut für Holz**
Natron	**Paste auf Flecken**	**Schonend, geruchsneutral**
Spezielle Saunareiniger **(z.B. Harvia Sauna Cleaner)**	**Nach Hersteller-Anweisung**	**Für öffentliche Saunen**
H?O? (3 %)	**Verdünnt aufsprühen**	**Desinfizierend, holzschonend**

Niemals verwenden:

- **Chlor/Bleichmittel → greift Holz an, schädliche Dämpfe in der Hitze**
- **Alkohol pur → trocknet Holz extrem aus**
- **Chemische Sanitärreiniger → giftige Dämpfe!**

Schimmelprävention

Warum entsteht Schimmel in der Sauna?

Schimmel wächst bei:

- **Luftfeuchtigkeit über 70 % über längere Zeit**
- **Temperaturen 15–35 °C (perfekter Schimmelbereich)**
- **Unzureichendem Lüften nach der Nutzung**
- **Wasseransammlungen (Boden, unter Bänken)**

So vermeidet man Schimmel

Nach jedem Saunagang:

1. **Boden scheuern und überschüssiges Wasser entfernen**
2. **Saunatür für 30–60 Minuten offen lassen**
3. **Wenn möglich: kleines Fenster öffnen**

4. **Handtücher entfernen (trocknen woanders!)**

Bauliche Maßnahmen:

- **Ausreichende Zu- und Abluft (mind. 3–8 Luftwechsel/h)**
- **Boden mit Ablauf (Fliesen, kein Holzboden im Nassbereich)**
- **Holzboden: Lattenroste verwenden (unterseite kann trocknen)**
- **Antiseptisches Holz wählen (Zirbe ist natürlich schimmelresistent!)**

Wenn Schimmel bereits vorhanden:

1. **Betroffene Stellen mit H_2O_2 (3 %) behandeln**
2. **Gut austrocknen lassen**
3. **Wenn nötig: Holzbretter austauschen**
4. **Ursache beheben (Belüftung!)**

Holzbänke sanieren

Wann sanieren?

- **Starke Verfärbungen (Schweiß, Öl)**
- **Holz beginnt zu splittern**
- **Unangenehmer Geruch trotz Reinigung**
- **Holz hat Risse (Verletzungsgefahr!)**

Schritte zur Bankensanierung

1. **Bank ausbauen (meist nur 4–6 Schrauben)**
2. **Mit Schleifmaschine abschleifen (60er, dann 120er Körnung)**
3. **Staubfrei machen**
4. **Neues Saunaöl auftragen**
5. **Einziehen lassen, überschuss abwischen**
6. **Wieder einbauen**

Alternative: **Neue Bankbretter kaufen (Standardmaße — günstig in Online-Shops oder Holzhandel)**

Beste Holzarten für Bänke (Praxisvergleich)

Holzart	Wärmeleitfähigkeit	Splitterrisiko	Pflegeaufwand	Empfehlung
Espe (Aspe)	**Sehr niedrig**	**Gering**	**Niedrig**	**Sehr gut**

Holzart	Wärmeleitfähigkeit	Splitterrisiko	Pflegeaufwand	Empfehlung
Abachi	Extrem niedrig	Gering	Niedrig	Ausgezeichnet (wird kaum heiß!)
Linde	Niedrig	Mittel	Mittel	Gut
Erle	Niedrig	Gering	Mittel	Gut
Zirbe	Niedrig	Gering	Mittel	Sehr gut (Duft!)
Zeder	Mittel	Gering	Niedrig	Gut (Outdoor)

Saunatür pflegen

Glastür

- **Wöchentlich: Wischung mit feuchtem Tuch (kein Glasreiniger!)**
- **Monatlich: Spezial-Glasreiniger ohne Alkohol**
- **Dichtung prüfen: Kein kalter Luftzug → Wärmeverlust!**
- **Scharniere: 1× jährlich ölen (hitzebeständiges Öl)**

Holztür

- **Wie Holzverkleidung behandeln**
- **Dichtungsband regelmäßig prüfen (alle 2-3 Jahre tauschen)**

Ofen reinigen

Elektroofen

- Kalt und vom Netz trennen!
- **Steine entnehmen (jährlich)**
- **Heizelemente: Kalkablagerungen mit weicher Bürste entfernen**
- **Steinkorb: Mit Wasser ausspülen**
- **Kein Reinigungsmittel!**

Holzofen

- Nie reinigen wenn heiß!

- **Aschenlade täglich/nach Bedarf leeren (Asche vollständig abgekühlt!)**
- **Feuerraum: Hartnäckige Rückstände mit Drahtbürste (trocken)**
- **Abzug/Schornstein: Jährlich vom Schornsteinfeger fegen lassen (Österreich: Pflicht!)**
- **Schauglas (wenn vorhanden): Spezielles Schauglas-Reinigungsmittel**

Aufguss-Zubehör reinigen

Zubehör	Reinigung	Intervall
Aufgusskübel (Holz)	**Ausspülen, lufttrocknen**	**Nach jeder Nutzung**
Aufgußkelle (Holz)	**Abspülen, trocknen**	**Nach jeder Nutzung**
Sanduhr	**Abwischen**	**Wöchentlich**
Thermometer/Hygrometer	**Abwischen (kein Wasser auf Elektronik!)**	**Wöchentlich**
Wenik/Vihta	**Einmalig verwenden, entsorgen**	**—**
Aufguss-Handtücher	**Waschen bei 60 °C**	**Nach jeder Nutzung**