

▼ Katja Johner, Redaktion

Schwitzen in der Jubla-Sauna

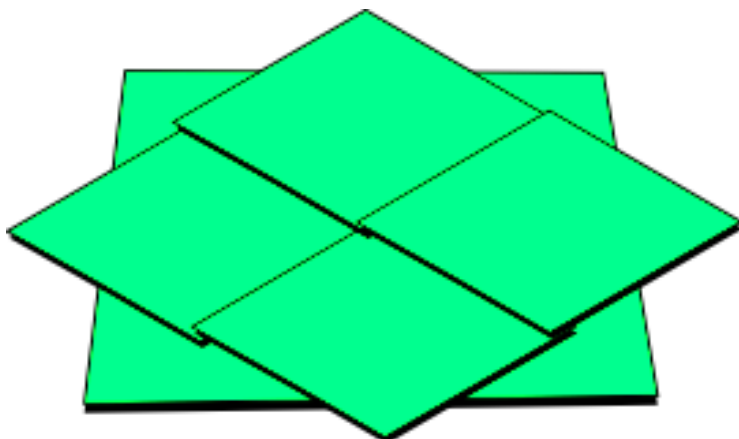
Ein anstrengender Lagertag ist vorüber, alle sind müde und möchten sich nur noch entspannen. Oder es ist schaurig kalt draussen, es stürmt und schneit und kein Mensch traut sich aus dem Haus... Was gibt es da Schöneres als eine heisse Sauna? Zu teuer für die Jubla? Überhaupt nicht! Denn es gibt nichts Einfacheres als eine Sauna selber aufzubauen. Und zwar so:



Aufbau einer Blachensauna

1. Am besten beginnt man mit dem Feuer. Dort erhitzt man zum Voraus die Steine, indem man diese ins glühende Feuer legt. Da dies mehrere Stunden dauern kann, bis sie wirklich glühen, acht man dies zuerst.
2. Jetzt stellt man ein normales Berlinerzelt auf. Es ist vorteilhaft, ein möglichst kleines Zelt aufzustellen, da dies leichter zu heizen ist, d.h. vier auf vier Blachen verwenden (s. Bild unten).
3. Wenn der Berliner steht, legt man oben ein paar Wolldecken und noch eine Schicht Blachen hin, so wird das Zelt gut isoliert ist.
4. Ausserdem stellt man einen grossen Eimer Wasser ins Zelt.
5. Nun nimmt man einige Pfannen und legt die glühenden Steine mit Hilfe einer Schaufel hinein.
6. Zum Schluss legt man die Pfannen mit den Steinen neben den Eimer Wasser ins Zelt.

Um die Sauna nun zu benutzen, sitzt man sich einfach ins Zelt, schliesst den Eingang und giesst, wenn es nicht mehr genügend heiss ist, Wasser über die Steine. Dies erzeugt Dampf und heizt somit das Zelt. Sobald das Wasser verbraucht ist und die Steine kalt werden oder es zu heiss wird, lässt man sich draussen mit kaltem Wasser abspritzen. Im Winter darf man sich natürlich auch direkt im Schnee wälzen...



*Sicherheitshalber sollte man nie alleine in der Sauna sein. Unerfahrene Saunabesucher sollten immer in der Nähe des Ausgangs bleiben.
Und: Es funktioniert wirklich! Sogar im Winter und sogar bei Schnee!*