

Garten & Freizeit

Ein Saunagang nach Feierabend tut Körper und Seele gut. Einen kurzen Weg hat man, wenn die Sauna im eigenen Garten steht. Wir zeigen die Montage eines Saunahauses mit kleiner Terrasse unter dem Vordach.

Sich ab und zu eine Auszeit gönnen und etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun, ist wichtig. „Me-Time“ heißt der moderne Begriff dafür. In der eigenen Gartensauna kann man ungestört abschalten und sich vom stressigen Alltag erholen. Wir zeigen im Folgenden den Aufbau des Saunahaus-Bausatzes *Lizzy S*, das Sie bei der *Gartenhaus GmbH* erwerben können. Das Haus zeich-

# HEISSE SACHE

“  
EIN SAUNAGANG  
SORGT FÜR  
ENTSPANNUNG  
”

net sich durch seine große Fensterglasfront und die kleine Terrasse mit Sitzbank im Eingangsbereich aus. Es benötigt einen stabilen Untergrund. Hier entschied man sich, eine Bodenplatte aus Beton selber zu gießen. Wie das geht, haben wir in der vorherigen Ausgabe (11/23) von *selbst ist der Mann* gezeigt. Um lange etwas von der Sauna zu haben, sollten Sie das Haus mit einer Holzlasur wie der *Aqua HK-Lasur* von *Remmers* vor Witterungseinflüssen schützen.



**VORARBEITEN:** Bevor es an den Aufbau des Saunahauses geht, sind die einzelnen Elemente zu sortieren und auf Vollständigkeit zu prüfen.



ALS UNTERGRUND FÜR DAS SAUNAHÄUS DIENT EINE ZUVOR SELBST GEGOSSENE BODENPLATTE.

Text: Marie Mittelstadt; Fotos: Michael W.





UM DAS SAUNAHaus VOR DER WITTERUNG ZU SCHÜTZEN, HABEN WIR DIE AQUA HK-LASUR VON REMMERS VERWENDET.

## Checkliste

**SCHWIERIGKEIT** Recht aufwendig. Arbeiten Sie mindestens zu zweit.

**WERKZEUGE** Kappsäge, Akkubohrschrauber, Zwingen, Hammer, Gliedermaßstab, Holzhammer, Wasserwaage, Tacker, Gummiwalze

**ZEIT** Etwa eine Woche

**KOSTEN** Das Saunahaus ohne Zubehör und Anstrich kostet etwa 4000 Euro

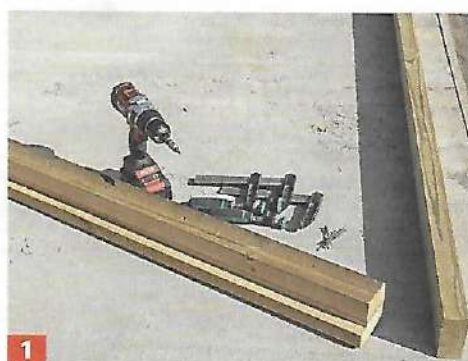




LEGEN SIE ZUNÄCHST DIE BALKEN FÜR DEN GRUNDRAHMEN AUF DER BODENPLATTE AUS.

## Montage des Saunahauses

Nachdem Sie den Grundrahmen auf der Fläche positioniert haben, können Sie mit dem Aufbau des Saunahauses beginnen. Arbeiten Sie bei solch einem Projekt am besten zu zweit.



1

Am linken Fundamentbalken wird zuerst zum Einsetzen der Schweißrinne ein Querbalken ...



2

... flach angeschraubt. Schrauben Sie dann den Grundrahmen zusammen.



3

Dort, wo später der Eingangsbereich der Sauna entsteht, werden zur Stabilität drei Querbalken in den Rahmen gesetzt.



4

Zur Hinterlüftung der Bodenbalken werden Pads aus Gummigranulat unter die Balken gelegt.



5

HIER WIRD AUSSERDEM DIE SCHWEISSRINNE AUF DEN FLACHEN BALKEN GESETZT.

Setzen Sie nun die ersten Wandbohlen auf den Grundrahmen. Die Bohlen lassen sich an den Ausklinkungen an ...



6

... beiden Enden einfach ineinanderstecken. Klopfen Sie nach jeder gesetzten Wandbohle die Verbindung vorsichtig ...

... zusammen. Um die Bohlen nicht zu beschädigen, legen Sie ein Restholzstück zwischen Bohle und Hammer. Fahren Sie so mit dem Aufbau der Wände fort, ...



7



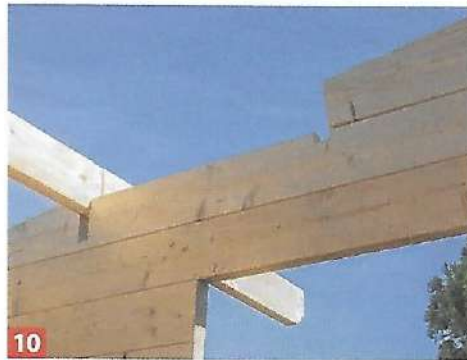
8

... bis Sie am oberen Ende angekommen sind.





9 Setzen Sie nun den ersten Dachsparren ein und darüber die Abschlussbohlen.



10 Die obersten Bohlen bilden die Schwelle des Dachstuhls und weisen Einkerbungen für die weiteren Dachsparren auf.



11 Hier sehen Sie die fertig eingesetzten Dachsparren. Sie ragen an der rechten Seite heraus und bilden das Vordach.



12 Nun werden die Dachbretter aufgelegt und an die Sparren genagelt.



13 Alternativ zum Nageln können Sie die Bretter auch mit dem Akkubohrschrauber an die Sparren schrauben.



15 Für mehr Stabilität der Wände werden auf der Innenseite der Laibungen Schrauben schräg in die Bohlen gedreht.



16 Zwischenstand: Der Korpus der Sauna samt Dach ist nun aufgebaut. Am Dach fehlen nur noch die Blenden.



17 Halten sie die Dachblenden probe- weise an und markieren Sie den Über- stand.





**18** Schneiden Sie anschließend die Blenden mit der Kappsäge zu ...



**19** ... und montieren Sie sie rund um das Dach des Saunahauses.



**20** DIE RINNENHALTER SIND IM GLEICHMÄSSIGEN ABSTAND UND MIT GEFÄLLE ANZUBRINGEN.

Bei einem Pultdach fließt Regenwasser über die Rückseite ab. Bringen Sie dort die Rinnenhalter an.



**21** SETZEN SIE DIE DACHRINNE EIN UND ZIEHEN DIE RINNENHALTER FEST.



**22** Unter dem Vordach werden nun die Bodenbretter an die Fundamentbalken geschraubt. Im vorderen und hinteren ...



**23** ... Bereich ist je eine Ausklinkung vorzunehmen. Um für einen gleichmäßigen Abstand der Bretter zu sorgen, legen ...



**24** ... Sie Gummigranulatpads zwischen die Bretter. Im Eingangsbereich wird an einer Seite noch ein Sichtschutzelement an ...



**25** ... die Hauswand und an den letzten Dachsparren geschraubt.



**26** Zusätzlich wird das Sichtschutzelement an den Bodenplatten befestigt.



**27** Zudem wird unter dem Vordach eine Bank angebracht. Dazu schrauben Sie zuerst eine Holzleiste an.





**28** Auf diese Holzleiste wird nun das Sitzelement gesetzt.



**29** Zum Stützen des Sitzelements wird ein Fuß unter das Element geschraubt.



**30** Fertig ist der Eingangsbereich, nun kann drinnen weitergearbeitet werden.

## Innenausbau

Nachdem nun der Hauskorpus der Sauna samt Eingangsbereich fertig aufgebaut wurde, ist der Innenbereich an der Reihe. Hier ist die Dämmung der Decke und des Bodens anzubringen und anschließend zu verkleiden.



**1** Zuerst werden im Hausinneren Leisten angebracht, an denen die isolierte Saunadecke befestigt wird.



**2** Überprüfen Sie mit der Wasserwaage, ob die Leiste in der Waage liegt.



**3** Nun werden die Dämmplatten von unten an die Dachsparren genagelt.



**4** An einer Seite mussten die Dämmplatten zugeschnitten werden. Messen Sie dazu die Lücke aus, schneiden die ...



**5** ... Platten zu und nageln sie an. Als Dampfbremse werden dann die Schlitzze zwischen den Dämmplatten mit ...



**6** ... Aluminiumband zugeklebt. Markieren Sie zudem, wo die Dachsparren liegen.

An den markierten Positionen werden nun Leisten angebracht.



**7**



## Technik

Zum Schluss muss nur noch das Sauna-Zubehör installiert beziehungsweise montiert werden. Es besteht aus Temperatursensoren, Beleuchtung, Ofen sowie zwei Sitzbänken und zwei Lüftungsgittern. Während die Sitzbänke und die Lüftungsgitter im Lieferumfang enthalten sind, müssen Sie die Beleuchtung und den Saunaofen zusätzlich kaufen. Bei der *Gartenhaus GmbH* können Sie jegliches Zubehör für Ihr Saunahaus separat erwerben. Das Anschließen des Ofens und des Steuergeräts sollten Sie einem Elektriker überlassen.

### SELBST PRAXISTIPP

## Lüftung

Das Anbringen von Lüftungsgittern verhindert das Ansammeln von Feuchtigkeit und beugt somit Schimmelbildung vor. In diesem Fall wurden zwei Lüftungsgitter an der Saunawand montiert. Und so geht's: **1** Schneiden Sie zuerst mithilfe eines Kreisschneiders zwei Öffnungen für die Lüftungen. **2** Montieren Sie dann von innen die Lüftungsschieber. **3** Zum Schluss werden die Belüftungsgitter von außen angeschraubt.



### SELBST PRAXISTIPP

## Bänke



Für die beiden Bänke werden Holzleisten an die Wände geschraubt.



Dann können Sie die Sitzbankelemente an die Leisten montieren.



**DAS STEUERGERÄT FÜR DEN OFEN WIRD AUSSEN AM SAUNAHaus INSTALLIERT.**



Der Saunaofen wird mithilfe einer Halterung an der Wand angebracht.

## Kontakte

**SAUNAHaus LIZZY S**  
Gartenhaus GmbH,  
[www.gartenhaus-gmbh.de](http://www.gartenhaus-gmbh.de)

**WERKZEUGE:**  
Einhell, [www.einhell.de](http://www.einhell.de)

Weitere **selbst.de**  
Anleitungen, Tipps & Ideen auf  
[www.selbst.de/gartenhaus-holz](http://www.selbst.de/gartenhaus-holz)

