

## Die Sauna von Sulzemoos

### Eröffnung eines finnischen Bades - Einzige Sauna mit gleichzeitiger Heilbehandlung

Seit einigen Wochen stecken die Bauern in Sulzemoos die Köpfe zusammen, wenn sie an einer Holzhütte mitten im Dorf vorbeikommen, die unleugbar fremdländische Züge trägt. Fremd bleibt ihnen auch der Name Sauna, unter dem sie sich nichts Rechtes vorstellen können. Ihre Söhne freilich, die aus Rußland oder Finnland heimkehrten, schmunzeln, verstehend in Erinnerung an diese prächtige Einrichtung der Nordländer, die ihnen ihr Landerdasein erleichtern half. Und gar die Flüchtlinge sind hellauf begeistert, denn für sie bedeutet Sauna eine lang ersehnte, willkommene Gelegenheit zum Baden. Ein Wagnis, gewiß, um das aber viele Großstädte Sulzemoos beneiden werden.

Aus einem einleitenden Vortrag des jungen Leiters und unternehmungslustigen Landarztes Dr. Hert-



Die finnische Originalsauna fügt sich harmonisch in den Charakter der Dorflandschaft und verspricht ein Anziehungspunkt für alle „Badewütigen“ zu werden.

korn war zu entnehmen, daß in der Sulzemooser Sauna als bisher einzige in Deutschland gleichzeitig Heilbehandlung und Strahlungstherapie vorgesehen ist. Er hat damit zweifellos schon auf den ersten Anhub viele mißtrauische Zweifler überzeugt und die Bauern mindestens neugierig gemacht.

Unser Besuch bei der Eröffnung am letzten Freitag überrascht den jungen Arzt mitten in den letzten Vorbereitungsarbeiten. Eine Hitzewelle schlägt uns aus dem Innern des Bades entgegen, schnell werden noch Fußbodenroste verlegt, Ruhebänke zurechtgerückt, dann ist es so weit. Der Eröffnungstag bleibt den Frauen vorbehalten. Die ersten sechs Mädchen stehen schon lachend vor der Hütte und blicken erwartungsvoll hinter die Kulissen dieser für sie neuartigen Einrichtung. Manche werden vielleicht anfangs ein bißchen

enttäuscht sein. Aber unser Doktor hat bewußt auf jeden Komfort verzichtet und eine Originalsauna nach Entwürfen, die er während seiner langjährigen Soldatenzeit in Nordrußland anfertigte, bauen lassen. In ihren Ursprungsländern gehört sie zum Inventar auch des kleinsten Dorfes und alle, die einmal das Glück hatten, sie nach der anstrengenden Alltagsarbeit benutzen zu können, sind begeistert von diesem primitiven und doch so wirksamen Gesundbrunnen. Der überraschende Erfolg beruht auf der Wechselwirkung von Hitze und Kälte, die sinnvoll angewandt, ganz im Gegensatz zum ermüdenden Dampfbad den Körper wundervoll erfrischt. Den besonderen Dorfbedürfnissen entsprechend wurde zusätzlich eine Warm- und Kaltwasserduchanlage eingebaut.

Nach einer heißen Dusche geht es in den eigentlichen Saunaraum, der Liegepritschen und einen großen Ziegelofen enthält. Hier herrscht eine gleichbleibende, trockene Wärme von 50 bis 60 Grad und durch mehrmaliges Begießen der erhitzten Pflastersteine im Innern des Herdes können sogar Hitzewellen bis zu 90 Grad erzeugt werden. Der Finne sagt dazu: „Die Sauna reift“. Nach einem Zehnminutenschwitzbad wird der Körper mit eingeweichten Birkenruten, die man abwechselnd in heißes und kaltes Wasser taucht, abgeklopft und Haut- und Blutzirkulation dadurch stark belebt. Die Abkühlung erfolgt in Finnland durch ein eiskaltes Bad im Freien oder im Schnee, hier in einer kalten Dusche. Die Gäste erklären dabei übereinstimmend, daß kaltes Wasser auf der Haut wohligh prickelnd als angenehm lauwarm empfunden wird. Ein Ruheraum sorgt bei normaler Temperatur für den Übergang.

Dr. Hertkorn wollte mit seiner Sauna vor allem den Flüchtlingen helfen, die seit Jahren keine Bademöglichkeit besitzen. Er wird aber sicher bald regen Zulauf aus den umliegenden Dörfern und vor allem auch von der Autobahn erhalten, die in unmittelbarer Nähe vorbeiführt. Mancher Fahrer wird sich diese Gelegenheit, unterwegs ein original-finnisches Bad zu benutzen nicht entgehen lassen. Besondere Beachtung verdient, daß damit gleichzeitig eine Heilbehandlung verbunden wird. Für alle rheumatischen Leiden und Erkrankungen der Atmungsorgane verspricht eine Sauna wahre Wunderwirkung. In Kürze soll der Ruheraum mit einer Höhensonne und anderen Bestrahlungsgeräten ausgestattet und der Duschaum durch mehrere Wannen ergänzt werden. Mit erstaunlicher Findigkeit wurden alle Schwierigkeiten überwunden und entstand ein Holzbau von eigenartig fremdländischem Reiz, der an die schlichten, schmucklosen Blockhütten Finnlands erinnert und in dessen Innern eine naturgegebene, uralte Heilmethode, die Wechselwirkung von Hitze und Kälte auf den menschlichen Körper erfolgreich geübt wird.

E. S.