

# Der Sauna Knigge

Hier seien mal einige Verhaltensregeln für den Gang in die Sauna aufgestellt.

1. Beim Eintritt in die Sauna gehört es zum guten Ton, die anderen Besucher mit einem kurzen "Hallo" oder "Grüß Gott" zu begrüßen. Das erschafft schon mal eine erste positive Atmosphäre.
2. Einen Platz suchen der noch frei ist. Den anderen Besuchern nicht zu nah auf die "Pelle" rücken. Vielleicht fragen, ob der Platz frei ist.
3. Unbedingt ein eigenes Handtuch mitbringen, auf das man sich setzen kann. Es ist einfach unangenehm, wenn jemand sich mit dem nackten Po auf die Bank setzt. Das Handtuch sollte möglichst so groß sein, dass auch noch die Füße drauf passen. Ein zweites Handtuch sollte vorhanden sein, um sich abzutrocknen.
4. Körpergerüche sollten möglichst vermieden werden. Das heißt, wenn man vorher in die Sauna geht, möglichst nicht großartig einparfümieren.
5. Sauberkeit vor der Sauna sollte selbstverständlich sein. Also vor dem Betreten der Sauna ausgiebig duschen.
6. In den meisten Saunen wird nur wenig gesprochen. Die Sauna ist als solcher eigentlich kein Ort um groß zu quatschen. Da sollte man sich den Gegebenheiten anpassen, besonders wenn schon viele Gäste in der Sauna sind.
7. Bei neuen Aufgüssen erst die Anwesenden fragen. Vielleicht wollen einige gar keinen neuen Aufguss.
8. Die Sauna ist ein Ort, der nackt betreten wird. Damit sollte man kein Problem haben. Ansonsten sollte man es gleich lassen.
9. Gaffer sind absolut unangenehm. Da in der Sauna natürlich alle nackt sind, sollte man die anderen auch nicht ständig anstarren ...
10. Nervig sind die Platzreservierer. Die sind wohl überall anzutreffen. Das ist einer der Punkte, der außerhalb der Sauna am häufigsten Konflikte und Streit hervorruft. Deswegen, nur den Platz, den man auch wirklich nutzt, besetzen.

(Quelle: <http://www.therme-sauna-freizeitbad.de/>)