

Sauna

□

Sisällys

- [1 Savusauna](#)
- [2 Saunalaulut](#)
- [3 Mitoituksia](#)
 - [3.1 Tavallinen sauna \(ei savusauna\)](#)
- [4 Lämmitysohjeita](#)
 - [4.1 Savusauna](#)
 - [4.2 Betoniseinäinen kellarisauna](#)
- [5 Kirjallisuus](#)

Savusauna

Katso sivu [Savusauna](#)

Saunalaulut

Katso sivu [saunalaulut](#)

Mitoituksia

Tavallinen sauna (ei savusauna)

- Korkeus 2-2,3 m ja istuintason ja katon välinen tila 1-1,2 m.
- Oven leveys vähintään 600 mm (ovi SO7), alla vähintään 50 mm rako.

Sähkövalaisin ei saa olla yllä 1 m korkeudella lattiasta. Yli 0,5 m korkeudelle asennettavan valaisimen kotelointiluokan tulee olla IP65 ja sen alle asennettava vähintään IP54.

- Lauteiden puukannatteiden etäisyys toisistaan enintään 600 mm lauteiden pituussuunnassa. Kannatteen koko 45 x 95 jänneväli < 2000 mm, 45 x 120 jänneväli 2000-2500, 45 x 145 jänneväli 2500-3000. Kannatteet kiinnitetään 45 x 70 mm seinään kiinnitettyjen poikittaistukien varaan. Seinän väliin 4-6 mm rako palikasta.
- Lattiatuet vähintään 45 x 70 mm.
- Laudelaudan paksuus 22 tai 28 mm, leveys 95 tai 120 mm. Yläpinnan särmät pyöristetään. Rako n. 10 mm. Kiinnitetään alapuolelta poikittaistukiin 28 x 95 mm. Poikittaistukien etäisyys enintään 600 mm. Laude irti seinästä 20-30 mm.

Lämmitysohjeita

Savusauna

Katso sivu [Savusaunan lämmitys](#)

Betoniseinäinen kellarisauna

Lämmitetään hitaasti seinät lämpimiksi ja vasta viimeinen kiuas nopeasti kuumennetaan. Parempi tulos päällystämällä seinät pontatuilla höyläämättömillä laudoilla.

Kirjallisuus

- Savusaunan kiuas, Risto Vuolle-Apiala, RAK 2001
- Savusaunat Muuramessa, Risto Vuolle-Apiala, RAK 2000
- Saunan suunnittelu, Rakennustieto 1994 (kts. joskus lähdeluettelo)
- Kiuas saunan sydän, Erkki Helamaa, Rakennustieto 1999
- Savusauna, Risto Vuolle-Apiala, Rakennusalan Kustantajat 1993
- Pekka Tommila, Rakennan saunan, RKOY 1985
- Antti Arsitila, Suomalainen sauna, Welin + Göös 1983
- Samuli Paulaharju, Karjalainen sauna, SKS 1982
- Kokoelma, Terveisiä saunasta, OTAVA 1988
- Pekka Tommila, Sauna - suomalaisen saunan rakentaminen, RAK 1994
- A. Reinikainen, Sauna, Tilgmann Oy 1977