

## Aromaterapie v sauně

---

© Česká asociace saunérů, text: Jiřina Kopřivová a Pavel Hofrichter

Používání vůní při saunování - aromaterapie v sauně, je dnes již nedílnou součástí saunování a stává se stále důležitější součástí saunování. Aromaterapie v sauně si prochází svým vlastním vývojem. Dříve možná stačilo, když sauna příjemně voněla, dnes jdeme ale mnohem, mnohem dále.

Od momentu kdy jsme si chtěli saunování zpříjemnit hezkou vůní se celá tato oblast posouvá a velmi rychle se rozvíjí. Dnes již hovoříme o aromaterapii v sauně, tedy o cíleném používání vůní v sauně a při saunování, kdy s onou vůní přichází také TERAPIE, mluvíme o tom, jak na nás vůně působí, jak nás může ovlivnit a co nám může nabídnout. Oblast aromaterapie v sauně je tak širší a rozmanitější tematikou, která oslovuje širokou skupinu zájemců, jak z řad profesionálů tak z řad běžných uživatelů.

Na jedné straně saunové světy a provozovatelé saun hledají zdroje, informace a možnosti využití různých zdrojů a produktů, které aromaterapii v sauně umožňují. Na straně druhé jsou tu samotní návštěvníci saun, kteří aromaterapii v saunách vítají, žádají, ale také se v problematice více orientují.

S větším zájmem o aromaterapii roste na trhu také nabídka, jak informací, tak produktů, což s sebou přináší také nutnost více se soustředit na správné zdroje a produkty, zdá se, že je stále těžší se v tomto světě orientovat. Důležité jsou informace, zkušenosti, zdroje, dodavatelé, a především kvalita produktů.

Aromaterapii v sauně lze zajistit několika způsoby, vedle rozšířeného používání syntetických vůní (saunové směsi) je dalším nejběžnějším způsobem používání éterických olejů (používá se také název esenciální olej, je to totéž). Pokud se podíváme jak se aromaterapie v saunách využívá v zahraničí a jak u nás, je patrný hlavně rozdíl v tom, jaké produkty se používají. Zatímco v nejlepších zahraničních saunových světech, zejména v Německu nebo Rakousku, jednoznačně převažuje používání přírodních produktů, zejména přírodních esenciálních olejů, u nás je stále vysoký podíl zdroje aromaterapie chemická - syntetická vůně.

V České asociaci saunérů proto otevíráme prostor pro aktivní sdílení informací a zkušeností, který by měl být přínosný pro všechny, kteří se v rámci saunování aromaterapií zabývají.

Abychom měli aktuální přehled o tom, jak se aromaterapie v českých saunách uplatňuje, oslovili jsme na podzim r. 2016 saunová centra s krátkým dotazníkem, ve kterém jsme se ptali, jakou aromaterapii sauněři a provozovatelé používají. Výsledky ankety vám teď nabízáme.

## Výsledky průzkumu

Aromaterapie v saunách je oblíbená, používají se jak chemické směsi - syntetické vůně, tak přírodní éterické oleje. Některá centra přecházejí ze syntetiky na přírodní éterické oleje, někde se obojí kombinuje, někde se používají výhradně přírodní éterické oleje. I když se v saunách stále používá hodně syntetických vůní, je vidět, že své místo si zde našly i éterické oleje a bude jistě zajímavé srovnat tyto údaje v čase, s dalšími dotazníky třeba již za několik měsíců.

Ankety se zúčastnilo 11 center. Velmi nás potěšila **účast všech větších saunových center**, ale určitě bychom rádi viděli vyšší účast center do budoucna. To, co nás velmi těší, i když to nelze z výsledků ankety vyčíst je, že oblíbenost používání přírodních zdrojů, éterických olejů v saunách je na vzestupu. Což můžeme potvrdit zejména díky aktivní komunikaci se saunovými centry a samotnými saunéry. Také roste poptávka po specializovaných aromaworkshopch a školení saunových animátorů pro používání aromaterapie ve wellness a v saunových prohřívárnách. Přece jen je použití přírodních éterických olejů o něco obtížnější než použití chemie a k tomu je potřebná kvalitní edukace i výměna zkušeností.

Spolu se zajímavou anketou a jejími výsledky bychom také rádi nabídli a otevřeli prostor pro aktivní výměnu názorů, zkušeností a dotazů, takže pokud se s námi a ostatními chcete podělit o své zkušenosti s používáním aromaterapie nebo se zeptat na to co vás z oblasti používání aromaterapie v saunách zajímá, určitě se ozvěte. Uvítáme i jakékoliv nápady a náměty, které živou diskuzi kolem aromaterapie v saunách podpoří a rozvedou.

## Co voní v sauně?

63% sauny používá chemické směsi i éterické oleje

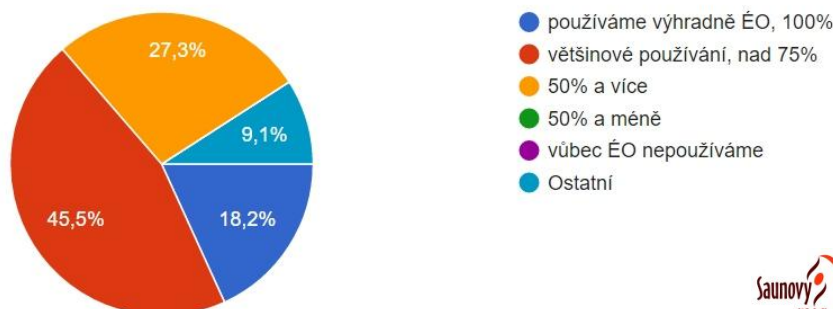
27% saun používá výhradně éterické oleje

1 sauna používá pouze chemické směsi

1 sauna používá také další pomůcky - bylinky, vykuřovadla atd.

Jaký podíl ve vašem centru má aromaterapie 100% éterických olejů na úkor chemických směsí

(11 odpovědí)



---

### Proč používáte ÉO:

- Kvalita - jde o kvalitní přírodní produkt
- Zdraví - aromaterapie 100% přírodních ÉO má pozitivní vliv na zdraví
- Cena - jsou cenově výhodnější (při správném použití)
- Výběr a rozmanitost vůní

### Nejoblíbenější ÉO:

Citrusy, borovice, eukalyptus

### Značky ÉO:

1. Loyly Masters 54%
2. Saloos 36%
3. Nobilis Tilia 27%
4. Bergila 18%
5. Yasminka 18%
6. Jiné

### Značky chemických esencí:

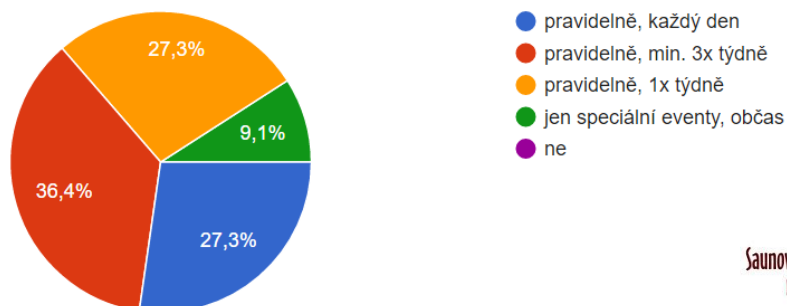
1. RENTO 45%
2. Lacoform 45%
3. Spitzer 18%
4. Ostatní
5. Varda
6. PM Aqualog
7. Bassau

---

## Aromaterapie a saunové ceremoniály

---

Provádíte saunové ceremoniály? (11 odpovědí)



9 z 11 saunových center nabízí svým zákazníkům další procedury - přírodní peelings a beauty procedury.

## Vzdělávání v oblasti aromaterapie v saunách

---

10 z 11 center by pro své pracovníky využili specializované školení (většinou zaměřené na aromaterapii)

Vzdělávání v oblasti aromaterapie převažuje od odborníků, dále samostudiem nebo výměnou zkušeností s kolegy. Také provozovatelé navštěvují jiná centra pro inspiraci.

## Kontakty pro další informace

---

Pavel Hofrichter, předseda ČAS, 603 840 883

E-mail: [info@Sauneri.cz](mailto:info@Sauneri.cz)

[www.Sauneri.cz](http://www.Sauneri.cz)

[www.SaunovyMag.cz](http://www.SaunovyMag.cz)

[www.SpaWellness.cz](http://www.SpaWellness.cz)

[www.WellnessNoviny.cz](http://www.WellnessNoviny.cz)

