



# Sauna-Posten

Info fra Det Danske Saunaselskab til medlemmerne og andre interesserede

**7. november 2012**

**OBS: Badeaftenen på "Havfruen" i Ishøj er aflyst torsdag d. 15/11-2012, se nedenfor!**

## Indhold:

- Vi var med på Københavns Kulturnat fredag d. 12/10
- Havfruebadning (med mestergus!) + aflysning!!
- Bærende kraft på Subkult event i Herlev!
- Og nu kan vi også bruge Sofiebadet!
- Frederiksberg Svømmehals kurbad!
- Nye medlemmer

---

## Vi var med på Københavns Kulturnat fredag d. 12/10!

Fredag d. 12. oktober kl. 17.00 – 21.00 var vi samarbejde med Vinterbad Bryggen på Islands (Ved Havnebadet) Formanden holdt 2 foredrag saunaens historie, kultur, udbredelse og virkninger på Café Nosewize lige i nærheden. gang var der hele 3 mobile saunaer, men var der fuldt hus (telt) hos os med Tommy og gusmestre med skønne dufte og ægte birkekvaste. Vi havde ca. 60 mennesker på teltsaunaen. Se også billeder på Vinterbad Facebookside om det:

<http://www.facebook.com/media/set/?set=a.366116523474652.88676.163068740446099&type=1>



med, igen i Brygge 14. om gavnlige Denne alligevel Helge som besøg i Bryggens

Trods det primitive lærred var der stor tilfredshed med formandens foredrag hos de desværre få tilhørere.



Glade smil hørte til dagens orden efter en tur i DDS' teltsauna.

### Havfruebadning (med mestergus!):

Sidste gang kom Pang, som har vundet DM hele 6 gange i enten klassisk eller freestyle fpr at lave supergus for os.

Det blev til hele 5 gange gus med forskellige dufttemaer. Næste badeaften torsdag d. 15. november er desværre aflyst, da vandkulturbåden er lukket på grund af omfattende elektrikerarbejde, så vi tager vores sidste gratis og officielle badning torsdag d. 20. december kl. 18.00 til ca. 20.00 med lidt finsk julestemning i form af udvalgte snacks med relation til Finland julen samt juledufte i saunaen.

**Næste år:** Opfordrer vi medlemmerne købe en elektronisk nøgle, hvor prisen fastsat til kr. 400,- pr. år, ved personlig henvendelse på Turistkontoret på 1. sal (servicegangen) i Ishøj Bycenter (dog koster nøglebrikken kr. 100,- men det er en engangsgift!)

Det er jo rørende billigt for ubegrænset saunabadning 6 dage ugentligt (ikke onsdag!) fra kl. 13.00 til 21.00. Ved brug ca. 1 gang ugentligt er det kun ca. 8 kr. pr. gang eller 10 kr. første år når vi regner nøglebrikkens pris med. Se på vores hjemmeside, hvor let det er at komme til Ishøj Havn og "Havfruen".

Bestyrelsen vil fortsat være til stede d. 3. torsdag i hver måned, samt også ofte på lørdag eftermiddage. Vi sørger naturligvis for, at der vil være en vihta (birkekvast) såvel som duftolier til rådighed for medlemmerne ganske gratis.



af  
og  
til at  
er  
er

## Bærende kraft på Subkult event i Herlev!



Lørdag d. 3. november var vi til en event med fokus på Norden, hvor vi repræsenterede Finland med teltsaunaen og noget vi døbte "Finsk fastfood", hvor vi fik hjælp fra to friske finske piger Annikki og Tarja, som bagte karelske piroger (karelian piirakoita) med både risengrød og kartoffelmos som fyld, bryggede finsk hvidtøl (kotikaljaa).

Det blev solgt som sæt med 2 piroger og et glas hvidtøl for 20 kr. hvis man da

ikke kunne bestille det på finsk, ved at læse teksten op fra prisskiltet, så fik man det for 15 kr. Det lykkedes faktisk for en del at bestille uden at hakke for meget i den finske tekst! Hvis man tog mod til sig og prøvede en tur i teltsaunaen var traktementet dog helt gratis!

Vi fik stor omtale i det lokale "Herlev Bladet" både før og efter, se her under eller side 27 på bladets hjemmeside: <http://www.herlevbladet.dk/Default.aspx?ID=45> (klik på "læs ugens avis"!

Subkult på Hjortespring Bibliotek

# Michael og hans sauna og masser andre ting

**Event.** Den nordiske kultur var emnet for dette års Subkult. Vi mødte tidligt frem og gik i sauna.

Der er saunaer og der er saunaer. De "rigtige", i hvert fald til Michael Jensens orientering, er den ægte finske med opvarmning med træ. Ikke dem med el.

»Folk siger tit, at de ikke vil gå i sauna, fordi de ikke kan trække vejret i dem. Det tror da pokker, hvis der er 110 grader varmt derinde. Det er også derfor, at jeg kalder den type sauna for 'et varmeskab for masokister', forklarer Michael Jensen, der er formand for Det Danske Saunaselskab med små 100 mennesker.

«...bare spørg en fra Angola

### Norden under huden

Sauna-formanden var iført badcåbe og tophue, og havde selvfølgelig medbragt en ægte

finsk sauna, som dermed understregede, at Norden var tema for Subkult 2012. I hele seks timer gik det løs.

Norske Hanne Kolstø måtte melde forfald på grund af sygdom, men blev erstattet af bandet Small Time Giants, som tæller fire grønlandere og en nordjyde.

Det blev en lørdag med kultur fra hele Norden bistøet af de lokale bidragsydere Herlev Billedskole og Radiatorfabrikken. Man kunne lære mange ting. Den udsendte lærte f. eks., at ordet sauna er et af de mest verdenskendte ord.

»Bare spørg en fra Angola«, siger Michael inde fra saunaen.

**VARM LØRDAG.** Michael Jensen, formand for Det Danske Saunaselskab, var klar til en varm oplevelse i lørdags på Hjortespring Bibliotek. Foto: Jørgen Nielsen.

### FAKTA

#### SUBKULT 2012

##### -med et strejf af Norden

Kulturrevent med kunstnere og kunst fra de nordiske lande, som fandt sted på Hjortespring Bibliotek i lørdags.

Havde også lokal deltagelse fra Radiatorfabrikken, Herlev Billedskole og Ungdomsskolen.

Udstillinger og installationer, som blev en del af lørdagens begivenheder, bliver stående til 30. november.

Af Jørgen Nielsen



## Og nu kan vi også bruge Sofiebadet!

Vi har forhandlet os frem til, at Saunaselskabets medlemmer fra og med tirsdag d. 11. december kl. 17.00 til 21.00 og foreløbig den 2. tirsdag i hver måned kan bade i det gamle traditionsrige og nyrestaurerede badehus i Sofiegade på Christianshavn. Dog lukkes for indgangen kl. 19.30, se: <http://www.sofiebadet.dk/index.php>

Ved fremvisning af gyldigt medlemskort er prisen kun kr. 50,- per medlem. Vi kan benytte sauna, koldtvands dyppekar, badekar og brusere samt dampbadet, så snart det bliver færdigt. Vi kan naturligvis ikke få hamam behandlinger, da der ikke er personale til det. Det er repræsentanter for Saunaselskabet, der "passer" badet den aften og vi lukker også almindelige gæster ind til normalprisen på kr. 125,-



Den lave pris for vores medlemmer er baseret på, at vi selv medbringer håndklæder m.m. som normale badegæster ellers får udleveret, og at vi rydder op og gør rent efter os, naturligvis! Kom til indvielsen af denne unikke bademulighed på ovennævnte dato og brug badet flittigt, så kan det være, at vi får flere tirsdage per måned – måske dem alle?

## Frederiksberg Svømmehals kurbad:

Her kan vi fortsat bade den første onsdag i hver måned til pensionistpris mod forevisning af gyldigt medlemskort. Vi gør opmærksom på, at hvis medlemmerne vil træffe et bestyrelsesmedlem for en snak om næsten hvad som helst, så send lige en mail til selskabets mail adresse: [detdanskeaunaselskab@gmail.com](mailto:detdanskeaunaselskab@gmail.com) senest to døgn før. Så stiller mindst en fra bestyrelsen op og tager gerne imod konstruktiv kritik og gode ideer.

## Velkommen til nye medlemmer:

Som en medlems service byder vi hermed velkommen til de medlemmer, der har meldt sig ind siden sidste "Sauna-Posten":

**Jens Frederiksen, Nysted**

**Jesper Jørgensen, København NV**

Vi håber i vil få glæde af Jeres medlemskab i forhåbentlig mange år fremover.

**Det Danske Saunaselskab** har som formål at udbrede kendskabet til finsk saunakultur og værne om de traditionelle saunaskikke. Desuden er det selskabets opgave at fremhæve saunabadningens generelle betydning for et sundt liv og livsstil.

Evt. donationer modtages gerne på konto nr. 1551-3719292445, tilmeldingsblanket findes på hjemmesiden, og husk, at indmeldelser efter 1. november gælder for hele det næste år, og giver stemmeret på generalforsamlingen i marts.

Det Danske Saunaselskab, c/o Finlands-Kulturinstitut  
Sankt Annæ Plads 24 A, Gården 3. sal · 1250 København K  
[detdanskeaunaselskab@gmail.com](mailto:detdanskeaunaselskab@gmail.com) · [www.saunaselskab.dk](http://www.saunaselskab.dk)