

ManoKin



Der große Manokin Gartensauna Guide

*Was Sie vor dem Kauf
unbedingt wissen müssen*

EXPOSEE

Der große Manokin Gartensauna Guide beantwortet die wichtigsten Fragen rund um Kauf, Planung und Qualität. In fünf Kapiteln erhalten Interessenten eine klare Orientierung für ihre perfekte Gartensauna.

Hans-Peter Kollnig

Website: www.manokin.at

Mail: info@manokin.at

Telefon: +43 650 9630863

Inhaltsverzeichnis

1. Entscheidung & Grundlagen – Brauche ich wirklich eine Gartensauna?	4
1.1. Welche Vorteile bringt mir eine Gartensauna?.....	4
1.2. Wieviel Platz brauche ich im Garten?.....	4
1.3. Welche Bauarten gibt es (Blockhaus, Fasssauna, modernes Design)?.....	4
1.4. Für wie viele Personen sollte die Sauna ausgelegt sein?.....	5
1.5. Wie komfortabel soll sie sein (Fenster, Vorraum, Sitz-/Liegeflächen, Design)?.....	6
1.6. Ist eine Sauna mit Elektro- oder Holzofen besser?.....	7
2. Kosten & Aufwand – Mit welchen Investitionen muss ich rechnen?	8
2.1. Was kostet eine Gartensauna in der Anschaffung?.....	8
2.2. Was kostet eine Gartensauna an Strom?.....	8
2.3. Welche laufenden Kosten entstehen (Holz, Wartung, Pflege)?.....	8
2.4. Wie lange dauert das Aufheizen?.....	8
2.5. Wie robust und langlebig ist eine Gartensauna bei guter Pflege?.....	8
2.6. Welche typischen Fehler machen Erstkäufer (und wie vermeide ich sie)?.....	8
3. Planung & Technik – Was muss ich vor dem Kauf beachten?	9
3.1. Braucht man für eine Außensauna eine Baugenehmigung?.....	9
3.2. Was ist beim Standort im Garten wichtig (Sichtschutz, Sonne, Zugänglichkeit)?.....	9
3.3. Kann ich eine Sauna auf Terrasse oder Balkon aufstellen? Was gibt es dabei zu beachten?.....	9
3.4. Welche Fundamentarten gibt es?.....	9
3.5. Welche Fundamentarten empfehlen wir?.....	9
3.6. Wie sieht es mit Stromversorgung und Anschlusswert aus?.....	9
3.7. Wie stark muss die Zuleitung für einen Elektroofen sein (Kabelquerschnitt, Hausanschlussleistung)?...	9
3.8. Falls Holzofen: Reicht ein normaler 220V-Anschluss für die Beleuchtung?.....	9
3.9. Wie wichtig sind Dämmung und Isolierung für ganzjährige Nutzung?.....	9
3.10. Welche Sicherheitsaspekte spielen eine Rolle (Feuer, Brandschutz, Elektrik)?.....	9
4. Qualität & Extras – Woran erkenne ich die richtige Sauna für mich?	10
3.11. Welche Holzarten sind für eine Gartensauna geeignet?.....	10
3.12. Welche Rolle spielen Design und Ästhetik?.....	10
3.13. Kann man das Panoramafenster auch blickdicht bekommen (Spezialglas, Vorhang)?.....	10
3.14. Wie ist die Ausführung mit Blechdach – handelt es sich um Trapezblech?.....	10
3.15. Gibt es einen Kaldachaufbau?.....	10

3.16.	<i>Hat das Blechdach einen Dachüberstand?.....</i>	<i>10</i>
3.17.	<i>Welche Extras sind sinnvoll (Beleuchtung, Aromatherapie, Dusche, Vorraum)?.....</i>	<i>10</i>
3.18.	<i>Wie umweltfreundlich und nachhaltig sind die verschiedenen Optionen?.....</i>	<i>10</i>
3.19.	<i>Welche Garantie- und Serviceleistungen sind wichtig?.....</i>	<i>10</i>
3.20.	<i>Wie wirkt sich eine Gartensauna auf den Wert meiner Immobilie aus?.....</i>	<i>10</i>
5.	Kauf & Lieferung – Wie komme ich zu meiner Traumsauna?.....	11
3.21.	<i>Wie wird die Sauna geliefert?.....</i>	<i>11</i>
3.22.	<i>Kann bei der Lieferung auch eine Wiese befahren werden, wenn es keine direkte Zufahrt gibt?.....</i>	<i>11</i>
3.23.	<i>Kann ich die Sauna irgendwo vorab anschauen oder besichtigen?.....</i>	<i>11</i>
3.24.	<i>Kann ich die Sauna individualisieren (Design, Größe, Extras)?.....</i>	<i>11</i>
3.25.	<i>Wird die Sauna fix fertig geliefert oder vor Ort aufgebaut?.....</i>	<i>11</i>
3.26.	<i>Kann ich die Sauna auch selbst montieren oder braucht es Fachpersonal?.....</i>	<i>11</i>
3.27.	<i>Welche Lieferzeiten muss ich einplanen?.....</i>	<i>11</i>
3.28.	<i>Wie läuft es mit Transport, Kran oder LKW an schwer zugänglichen Standorten?.....</i>	<i>11</i>
3.29.	<i>Gibt es eine Möglichkeit, vor der Bestellung eine Beratung oder Planung zu bekommen?.....</i>	<i>11</i>

1. Entscheidung & Grundlagen – Brauche ich wirklich eine Gartensauna?

1.1. Welche Vorteile bringt mir eine Gartensauna?

Eine Gartensauna bringt Ihnen Wellness und Entspannung direkt nach Hause – ohne Fahrt ins Spa, Fitnessstudio oder in eine öffentliche Sauna zu gehen. Sie sparen sich nicht nur die Fahrzeit, sondern auch Wartezeiten, Eintritte und ev. sogar Parkplatzsuche.

Sie können spontan und regelmäßig saunieren, sei es für einen kurzen Ausgleich nach der Arbeit oder als festes Ritual am Wochenende. Sie haben die Sauna ganz für sich allein und können Temperatur, Aufgüsse etc. ganz nach Ihrem Geschmack machen.

Neben dem Komfort profitieren Sie von den gesundheitlichen Effekten: Stärkung des Immunsystems, Anregung des Kreislaufs, Muskelentspannung und Stressabbau. Durch die Kombination aus Hitze, Abkühlung an der frischen Luft und Ruhepausen entsteht ein einzigartiges Wohlfühlerlebnis.

Zudem wertet eine hochwertige Gartensauna Ihr Zuhause optisch und funktional auf. Sie steigert die Lebensqualität und kann den Immobilienwert ähnlich wie ein Pool oder ein Wintergarten erhöhen.

1.2. Wieviel Platz brauche ich im Garten?

Für eine Gartensauna ist weniger der Garten selbst, sondern vielmehr die richtige Positionierung entscheidend. Grundsätzlich lässt sich eine Sauna bereits ab wenigen Quadratmetern (z. B. 4 m² mit 2 x 2 m Außenmaß) realisieren. Wichtig ist, dass ein **stabiler Untergrund** vorhanden ist und Platz für ein Fundament geschaffen werden kann.

Neben der reinen Stellfläche sollten Sie auch **Zugänge und Abstände** bedenken – etwa für die Belüftung, den Kamin oder die Türöffnung. Auch ein kleiner Vorplatz für Liegen, eine Dusche oder eine Sitzgelegenheit steigert den Nutzen erheblich.

Eine Sauna lässt sich auch gut integrieren mit Terrasse, Tauchbecken, Hot Tub/Badefass, Schwimmteich, Ruheraum, Dusche/WC, Outdoor Küche oder sonstigen Ideen, welche man dadurch gleich verwirklichen kann.

Ob kleiner Garten oder weitläufiges Grundstück – durch die verschiedenen Bauweisen (Fasssauna, Rahmenbau, Massiv- oder Rundstamm) lassen sich sowohl kompakte als auch großzügige Lösungen verwirklichen. Entscheidend ist weniger die Größe des Gartens, sondern die individuelle Planung und die gewünschte Nutzung.

1.3. Welche Bauarten gibt es (Blockhaus, Fasssauna, modernes Design)?

Eine Gartensauna kann in unterschiedlichen Bauweisen realisiert werden, die sich vor allem in Wandaufbau, Dämmung und Optik unterscheiden. **Fasssaunen** haben in der Regel ca. 4 cm starke Holzwände. Sie sind kompakt, schnell aufgeheizt und bieten einen unkomplizierten

Einstieg in die eigene Sauna im Garten. Sie sind jedoch auch von der Qualität mit Abstrichen verbunden, weil hier natürlich der Preis eine ganz entscheidende Rolle spielt. Dadurch leidet natürlich auch die Langlebigkeit stark darunter und außerdem kühlen sie sehr schnell aus. Dadurch steigt auch der Energieverbrauch und man muss sie im schlimmsten Fall sogar nach einigen Jahren komplett renovieren oder austauschen.

Die **Rahmenbauweise mit Isolierung** bietet deutlich mehr Komfort. Hier beträgt der Wandaufbau bis zu 22 cm, wovon 10–15 cm auf die Dämmung entfallen. Außen haben diese Saunen eine echte Fassade, die sowohl gestalterisch als auch funktional überzeugt. Auch bei Boden und Dach werden hochwertige Konstruktionen mit Dämmung eingesetzt, die für effizientes Heizen und eine lange Lebensdauer sorgen.

Ein großer Vorteil ist, dass sie als komplette Module gefertigt und per LKW oder Kran transportiert werden können – so steht die Sauna fix und fertig im Garten, ohne lange Montagezeiten.

Bei **Massivholzsaunen** werden 6–14 cm dicke Blockbohlen eingesetzt, die für ein sehr angenehmes Raumklima sorgen. Hier haben Sie die Wahl, die Außenwand natur zu belassen oder mit einer vorgehängten Fassade (z. B. in Lärche) zu gestalten. Diese können sowohl optisch als auch in puncto Haltbarkeit ganz nach Ihren Wünschen ausgeführt werden. Dach kann dabei ebenfalls massiv gebaut oder als klassische Dachkonstruktion mit Dämmung ausgeführt werden. Beim Boden hat man die Wahl: Entweder eine gedämmte, selbsttragende Konstruktion, Massivholz oder man stellt sie einfach auf das Fundament und macht einen Estrich mit Fliesen zum Beispiel. Auch hier ist ein geeignetes Fundament Voraussetzung, um die Konstruktion dauerhaft stabil zu halten.

Die **Rundstamm- bzw. Blockbauweise** mit bis zu 25 cm starken Stämmen ist die massivste und ursprünglichste Form. Sie bietet ein einzigartiges Saunaklima, enorme Langlebigkeit und eine markante Optik, die an traditionelle Blockhäuser erinnert. Die Dämmung zwischen den Baumstämmen erfolgt klassisch mit Naturmaterialien wie Schafwolle, kann aber auch mit anderen Lösungen umgesetzt werden.

Beim Boden hat man auch hier die Wahl: Entweder eine gedämmte, selbsttragende Konstruktion oder man stellt sie einfach auf das Fundament (wie bei einem Rundstamm Haus) und macht einen klassischen Aufbau mit Estrich mit Fliesen zum Beispiel. Auch hier ist ein geeignetes Fundament Voraussetzung, um die Konstruktion dauerhaft stabil zu halten.

1.4. Für wie viele Personen sollte die Sauna ausgelegt sein?

Wenn mich ein Kunde fragt, wie groß die optimale Sauna sein soll, antworte ich immer mit einer Gegenfrage: „Mit wie vielen Personen gehen Sie überwiegend in die Sauna?“ In den meisten Fällen lautet die Antwort: zu zweit, manchmal auch zu viert. Genau darauf sollte der Saunaraum – also der reine Schwitzraum, nicht Vorraum, Terrasse oder Outdoor-Küche – ausgelegt werden.

Eine weitere wichtige Frage ist: „Sitzend oder liegend?“ Die häufigste Antwort ist, dass zwei Personen bequem liegen können sollen und zusätzlich vier oder mehr gut sitzen können. Das

beschreibt ziemlich genau die optimale Größe eines Saunaraumes. Denn der Raum wird immer komplett aufgeheizt, egal ob eine oder zehn Personen darinsitzen. Wenn Sie also in neun von zehn Fällen allein oder zu zweit saunieren, ist ein Schwitzraum mit etwa **2 x 2 Metern Innenfläche** und einer Höhe von **2,0 bis 2,2 Metern** deutlich effizienter.

Die Kapazität einer Sauna sollte sich also an der tatsächlichen Nutzung orientieren. Für Paare oder Einzelpersonen genügt meist eine kompakte Ausführung mit zwei Liege- oder Sitzplätzen. Wer häufiger mit Familie oder Freunden sauniert, sollte auf mindestens vier bis sechs Personen planen – inklusive einer Bank, die lang genug zum entspannten Liegen ist. Ein guter Kompromiss ist es, die obere und untere Bank beide zum Liegen auszulegen oder den Raum niedriger, aber mit zwei gleichwertigen Bänken links und rechts zu gestalten. So entsteht kein starkes Temperaturgefälle, man kann zu zweit entspannt liegen oder bis zu sechs Personen bequem sitzen.

Mehr Platz bringt zusätzlichen Komfort und Flexibilität – gerade, wenn Sie Saunazeremonien lieben, wie abwechslungsreiche Aufgüsse mit Verwedeln oder auch einen Wenik-Aufguss mit Birkenzweigen. Für solche Rituale ist ein etwas größerer Raum von Vorteil.

1.5. Wie komfortabel soll sie sein (Fenster, Vorraum, Sitz-/Liegeflächen, Design)?

Ein **Panoramafenster** ist ein besonderes Highlight, wenn Sie eine schöne Aussicht in die Natur genießen können. Es kann auf Wunsch auch getönt oder verspiegelt ausgeführt werden, sodass Sie zwar hinausschauen, aber von außen niemand hineinblickt. Damit wird die Sauna zum Ort der Entspannung mit viel Weite und Licht.

Ein **Vorraum** ist vor allem im Winter sehr praktisch: Kleidung bleibt trocken und warm, Sie können sich bequem umziehen und haben zusätzlichen Stauraum. Steht die Sauna weiter vom Haus entfernt, kann er auch als kleiner **Ruheraum** dienen. Mit etwas Planung lässt er sich vielseitig nutzen – etwa sogar mit einer Liege zum Entspannen oder als Gästezimmer.

Sehr angenehm ist eine **Dusche in der Sauna**, um sich sofort abzukühlen. Alternativ reicht auch eine Außendusche. Wer es klassisch liebt, kombiniert die Sauna mit einem **Schwimmteich oder Tauchbecken im Freien**, um das vollständige Ritual von Aufheizen und Abkühlen perfekt zu erleben.

Viele Details tragen zusätzlich zum Komfort bei: Eine moderate **Raumhöhe von 2,0–2,2 m** sorgt für gleichmäßiges Klima und reduziert den Energieverbrauch. Die richtige **Ofenplatzierung** und eine durchdachte **Belüftung** sind entscheidend für ein angenehmes Saunaklima. **Beleuchtung** mit indirektem, warmem Licht oder LED-Streifen schafft Atmosphäre, während ein Sternenhimmel oder dimmbare Spots moderne Akzente setzen.

Bei den **Innenhölzern** ist die Wahl entscheidend für Klima und Sitzkomfort: **Thermo-Kiefer** für warme, robuste Optik, **Espenholz** für eine helle und edle Anmutung oder **Abachi**, das besonders angenehm ist, da es sich kaum erhitzt. Wer noch mehr Komfort möchte, ergänzt den Saunaofen mit einer **WiFi-Steuerung** – so kann die Sauna bequem vom Haus oder sogar von unterwegs vorgeheizt werden.

Ein kleiner **Außenbereich oder eine Terrasse** rundet das Gesamterlebnis ab: Hier können Sie zwischen den Saunagängen an der frischen Luft entspannen, im Liegestuhl ruhen oder direkt ins kühle Wasser eintauchen. So entsteht das klassische Saunaerlebnis mit moderner Technik und maximalem Komfort.

1.6. Ist eine Sauna mit Elektro- oder Holzofen besser?

Ob ein **Elektroofen** oder ein **Holzofen** besser ist, hängt stark von den eigenen Vorlieben und den Rahmenbedingungen ab.

Ein **Elektroofen** punktet mit Komfort und einfacher Bedienung. Er wird per Knopfdruck gestartet, heizt zuverlässig auf und kann heute sogar mit **WiFi-Steuerungen** ausgestattet werden. So lässt sich die Sauna bequem von unterwegs oder direkt vom Wohnhaus aus vorheizen. Für den Betrieb braucht es jedoch eine entsprechende **Zuleitung** – in der Regel **400 V** mit ausreichendem Kabelquerschnitt. Normale Gartensaunen sind meist mit **9 kW Öfen** ausgestattet. Weniger Leistung ist nur bei sehr kleinen Modellen oder in Spezialfällen empfehlenswert. Zwar gibt es auch **220 V Öfen**, aber hier sind die Leitungen sehr stark zu dimensionieren, was nicht in jedem Hausanschluss praktikabel ist.

Ein **Holzofen** hingegen funktioniert völlig unabhängig von Strom und kann daher **überall eingesetzt werden** – auch in Gärten ohne Stromanschluss oder an entlegenen Orten. Er bietet das klassische Saunaerlebnis mit dem Knistern des Feuers, dem Geruch von Holz und einer besonders natürlichen Atmosphäre. Allerdings müssen die **gesetzlichen Abstände und Vorschriften** eingehalten werden, weshalb es immer sinnvoll ist, im Vorfeld den **örtlichen Rauchfangkehrer** zu kontaktieren. Auch Lagerfläche für das Holz ist einzuplanen.

Grundsätzlich lässt sich sagen: Der Elektroofen ist die **praktische Lösung für Komfort und Regelmäßigkeit**, der Holzofen die **emotionale Entscheidung für Ursprünglichkeit und Unabhängigkeit**. Beide Varianten haben ihren Reiz – entscheidend ist, wie Sie Ihre Sauna überwiegend nutzen möchten.

👉 Mehr Details dazu finden Sie hier: [Saunaofen – Holz oder Elektro?](#)

2. Kosten & Aufwand – Mit welchen Investitionen muss ich rechnen?

2.1. Was kostet eine Gartensauna in der Anschaffung?

2.2. Was kostet eine Gartensauna an Strom?

2.3. Welche laufenden Kosten entstehen (Holz, Wartung, Pflege)?

2.4. Wie lange dauert das Aufheizen?

2.5. Wie robust und langlebig ist eine Gartensauna bei guter Pflege?

2.6. Welche typischen Fehler machen Erstkäufer (und wie vermeide ich sie)?

3. Planung & Technik – Was muss ich vor dem Kauf beachten?

- 3.1. Braucht man für eine Außensauna eine Baugenehmigung?**
- 3.2. Was ist beim Standort im Garten wichtig (Sichtschutz, Sonne, Zugänglichkeit)?**
- 3.3. Kann ich eine Sauna auf Terrasse oder Balkon aufstellen? Was gibt es dabei zu beachten?**
- 3.4. Welche Fundamentarten gibt es?**
- 3.5. Welche Fundamentarten empfehlen wir?**
- 3.6. Wie sieht es mit Stromversorgung und Anschlusswert aus?**
- 3.7. Wie stark muss die Zuleitung für einen Elektroofen sein (Kabelquerschnitt, Hausanschlussleistung)?**
- 3.8. Falls Holzofen: Reicht ein normaler 220V-Anschluss für die Beleuchtung?**
- 3.9. Wie wichtig sind Dämmung und Isolierung für ganzjährige Nutzung?**
- 3.10. Welche Sicherheitsaspekte spielen eine Rolle (Feuer, Brandschutz, Elektrik)?**

4. Qualität & Extras – Woran erkenne ich die richtige Sauna für mich?

3.11. Welche Holzarten sind für eine Gartensauna geeignet?

3.12. Welche Rolle spielen Design und Ästhetik?

3.13. Kann man das Panoramafenster auch blickdicht bekommen (Spezialglas, Vorhang)?

3.14. Wie ist die Ausführung mit Blechdach – handelt es sich um Trapezblech?

3.15. Gibt es einen Kaltdachaufbau?

3.16. Hat das Blechdach einen Dachüberstand?

3.17. Welche Extras sind sinnvoll (Beleuchtung, Aromatherapie, Dusche, Vorraum)?

3.18. Wie umweltfreundlich und nachhaltig sind die verschiedenen Optionen?

3.19. Welche Garantie- und Serviceleistungen sind wichtig?

3.20. Wie wirkt sich eine Gartensauna auf den Wert meiner Immobilie aus?

5. Kauf & Lieferung – Wie komme ich zu meiner Traumsauna?

3.21. Wie wird die Sauna geliefert?

3.22. Kann bei der Lieferung auch eine Wiese befahren werden, wenn es keine direkte Zufahrt gibt?

3.23. Kann ich die Sauna irgendwo vorab anschauen oder besichtigen?

3.24. Kann ich die Sauna individualisieren (Design, Größe, Extras)?

3.25. Wird die Sauna fix fertig geliefert oder vor Ort aufgebaut?

3.26. Kann ich die Sauna auch selbst montieren oder braucht es Fachpersonal?

3.27. Welche Lieferzeiten muss ich einplanen?

3.28. Wie läuft es mit Transport, Kran oder LKW an schwer zugänglichen Standorten?

3.29. Gibt es eine Möglichkeit, vor der Bestellung eine Beratung oder Planung zu bekommen?