

## Stilvoll schwitzen in diesen 6 außergewöhnlichen Saunen

Entdeckt werden können sechs einzigartige Sauna-Highlights in Schweden, von einer Untergrunds sauna bis zu schwimmenden Saunen. Für ein harmonisches Zusammenspiel von stilvollem Schwitzen und Abenteuer.

Schweden ist nicht nur für seine atemberaubende Natur und entspannte Atmosphäre bekannt, sondern auch für seine einzigartigen Sauna-Erlebnisse, bei denen Natur, Design und Entspannung auf unerwartete Weisen aufeinandertreffen. Hier präsentieren wir sechs einzigartige Saunen, von tief unter der Erde bis floatend auf Eis und Wasser, die unbedingt ausprobiert werden sollten.

### 1. Die einzigartige [Untergrunds sauna](#) in [Äventyrsgruvan](#), [Dalarna](#), Mittelschweden:

Die Borlänge Adventure Mine ist bereits für ihre faszinierenden Führungen bekannt, bei denen Besucher tief in umfangreiche Felskammern hinabsteigen können. Gäste haben die Möglichkeit, in 80 Metern Tiefe ein Bad im kristallklaren Wasser zu nehmen und das "Lady of the Mine Sauna Ritual" zu erleben, eine Hommage an die mystische Wesenheit, die der Legende nach die Mine bewacht. Dieses Ritual beinhaltet verschiedene Elemente, die die Sinne anregen und Endorphine freisetzen.

### 2. Die [Unterwasser-Sauna](#) im Weingut [Ästad Vingård](#) in [Halland](#), Südwestschweden:

Teil des "Sinnenas Spa" und inspiriert sich an Düften, Klängen, Materialien und Umgebungen, die von den Naturschätzen der Umgebung inspiriert sind. Gäste können die Kontraste zwischen drinnen und draußen, kalten und warmen Bädern sowie Saunen auf der Wasseroberfläche oder darunter genießen. In der Unterwasser-Sauna können Besucher vor einem holzbeheizten Ofen sitzen, während Regenbogenforellen friedlich hinter ihnen schwimmen.

### 3. Die schwimmende Sauna im [Arctic Bath Spa Hotel](#) in [Schwedisch Lappland](#), Nordschweden:

Diese kreisförmige schwimmende Spa-Anlage am Luleälven-Fluss bietet ein einzigartiges Erlebnis. Gäste können in das eiskalte Wasser des Flusses eintauchen und sich anschließend in der Sauna aufwärmen, während sie den prächtigen Flussblick genießen. Lassen Sie das Wasser des Flusses Ihren Geist reinigen und von innen heilen.

### 4. Per [Rutsche](#) von einer Sauna zur anderen im [Svansäle Vildmakscenter](#) in [Västerbotten](#), Nordschweden:

Hier erwartet Besucher ein friedliches Saunaerlebnis und ein warmes Bad in einem der hölzernen Whirlpools. Egal, ob die Temperaturen draußen zwischen -5°C und -35°C liegen, die Wärme des Wassers bleibt konstant warm und entspannend. Für die Abenteuerlustigen gibt es eine Holzrutsche, die hinunter zu einem Whirlpool am Flussufer führt.

### 5. In einer [schwimmenden Sauna](#) durch die [Stockholmer Schären](#):

Gäste können mit Freunden und Familie eine schwimmende Sauna im Hafen von Stocksund mieten und das Stockholmer Schärengebiet erkunden. Während der Fahrt können sie in einer holzbeheizten Sauna entspannen und auf dem Sonnendeck die frische Luft genießen. Auf Anfrage sind Getränke und Snacks erhältlich.

### 6. Die [größte Sauna der Welt](#) im [Cape East Spa](#) in [Haparanda](#), [Nordschweden](#):

Das Cape East Hotel, an der schwedisch-finnischen Grenze in Haparanda gelegen, beeindruckt mit der (je nachdem wie man rechnet) größten Sauna der Welt. Bis zu 150 Menschen können hier gemeinsam schwitzen. Es gibt verschiedene Saunabereiche, darunter eine Dampf- und Steinsauna, eine traditionelle finnische Sauna und die Maya-Tempelsauna, die mit zahlreichen Bänken einem Maya-Tempel ähnelt. Besucher können an der "Tornio Valley Torture" Herausforderung teilnehmen und versuchen, zur höchsten Bank zu gelangen, wo die Temperatur 100 Grad Celsius erreicht. Anschließend können sie sich auf der Terrasse abkühlen oder im Außenpool schwimmen und den Blick auf den Torne-Fluss genießen.

Diese einzigartigen Sauna-Erlebnisse in Schweden versprechen Entspannung, Abenteuer und die Möglichkeit, die Natur in vollen Zügen zu genießen.

[sabine.klautzsch@visitsweden.com](mailto:sabine.klautzsch@visitsweden.com)  
[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)

Visit Sweden hat den offiziellen nationalen Auftrag der schwedischen Regierung, Schweden als Reiseziel zu vermarkten. Unsere Vision ist, dass Schweden bis 2030 das nachhaltigste und attraktivste Reiseziel der Welt ist. Willkommen in Schweden.

---

Additional assets available online:  [Photos \(1\)](#)

<https://press.visitsweden.com/2023-11-26-Stilvoll-schwitzen-in-diesen-6-aussergewohnlichen-Saunen>