Damp af i seks mindeværdige svenske saunaer

Den svenske wellness- og spakultur er rodfæstet i traditioner, der går tilbage til det femte århundrede. Med vægt på holistisk balance, afslapning og velvære er det noget, selv de plyndrende vikinger nød. Nutidens svenske spahoteller og spa-resorts, tilbyder en bred vifte af saunaer og behandlinger, og ligger perfekt placeret i smukke områder i det svenske landskab. Lige noget for vinterbaderen – de luxe.

Den undersøiske sauna på Ästad Vingård



Sinnenas Spa, Credit: Ästad Vingård (Download)

Saunaen er en del af "Sinnenas Spa" (Sansernes Spa) og bruger dufte, lyde, materialer og omgivelser inspireret af naturreservaterne omkring vingården. Resultatet er en unik oplevelse af terroir, der nærmer sig steder uden for hverdagen. Nyd kontrasterne mellem inde og ude, koldt og varmt bad og sauna både på vandoverfladen og undervandssauna. En garanteret unik oplevelse, når du sidder foran den brændefyrede ovn i undervandssaunaen, med udsigt til regnbueørred, der svømmer fredeligt forbi.

Ästad Vingård ligger i Halland, i det sydvestlige Sverige. For mere information, klikher.

Den unikke underjordiske sauna i Adventure-minen



Adventure Mine Sauna, Credit: Visit Dalarna (Download)

Hvis du er til saunaer under jorden, kan Borlänge Adventure Mine "Äventyrsgruvan" måske være det, du leder efter. Her kan besøgende deltage i guidede ture, der tager turen dybt ned under jorden til de omfattende grottekamre. Turene passerer de turkisblå underjordiske Aurora-søer, hvor man kan bade i minens krystalklare vand og nyde en sauna, der er placeret 80 meter under jorden! Oplevelsen er endnu mere kraftfuld med "Lady of the Mine Sauna Ritual", som er tænkt som en hyldest til det mystiske væsen, som ifølge legenden vogter minen.

Äventyrsgruvan ligger i Dalarna i det centrale Sverige. For mere information, klikher.

Den flydende sauna på Arctic Bath Spa Hotel



Credit: Arctic Bath (Download)

"Lad flodens vand vaske dit sind og helbrede dig indefra og ud", stemningen er sat! For dem der elsker det kolde nord og wellness er arkitekturen i denne cirkelrunde flydende spa ved floden Luleälven en påmindelse om tømmerflådningen, der plejede at finde sted her for mange år siden. Oplev et koldt vinterbad i den naturlige pool midt i spahotellet ved at springe i det iskolde vand i floden og gå derefter tilbage til opvarmning i saunaen med en fantastisk udsigt over floden!

Arctic Bath Spa Hotel ligger isvenske Lapland. For mere information om oplevelsen, klikher.

Glid fra en sauna til en anden i Svansele Vildmarkscenter

I Vildmarkscentret kan du nyde en fredfyldt saunatur og en varm dukkert i et af vildmarksbadene. Uanset om det er -5 °C eller -35 °C udenfor, er varmen fra vandet stadig blødgørende og afslappende. For lidt mere spænding kan du prøve den trærutsjebane, der fører til et varmt badekar. Det hele ligger tæt på floden, som du også kan tage en dukkert i. Floden er behagelig og varm om sommeren og kold og forfriskende om vinteren. Der er noget for alle på Svansele Vildmarkscenter, uanset om du vil slappe af eller have en spændende saunaoplevelse!

Svansele Vildmarkscenter ligger i Västerbotten i det nordlige Sverige. For mere information, klikher.

Opdag Stockholms skærgård på en flydende sauna i Stocksund Havn



Credit: Bastuflotten, contact info@bastuflotten.com for Image

Benyt lejligheden med dine venner, familie, kolleger og lej en flydende sauna i Stocksunds havn med plads til op til 12 personer. Mens du flyder gennem Stockholms skærgård, kan du slappe af i en brændeopvarmet sauna. Derudover er der en solterrasse med en markise og sæder, hvor du kan slappe af og indånde den friske luft. Drikkevarer og snacks kan bestilles. Kom om bord på den flydende sauna for en uforglemmelig rejse!

For mere information, klik her.

Slap af i verdens største sauna på Cape East Spa



Credit: Cape East Contact communications@studentconsulting.com for Image

Cape East Hotel ved den svensk-finske grænse i Haparanda er verdens største sauna- og spalandskab. Det tilbyder forskellige saunafaciliteter: En damp- og stensauna, en typisk finsk sauna og Mayatempelsaunaen, der minder om Mayatemplet med sine mange bænke, hvor du kan opleve "Tornio Valley torture". Tag udfordringen op og prøv at kravle op til den højeste bænk, hvor temperaturen når 100 grader Celsius! Du kan køle af på terrassen eller tage en dukkert i den udendørs pool med udsigt over Tornefloden.

Cape East Spa ligger i Haparanda i det nordlige Sverige. For mere information, klik her.

For mere inspiration til mindeværdige saunaer og spa-oplevelser i Sverige, besøg venligst:

Nordic Nirvana – experience Swedish spa resorts and sauna rituals

Ebba Ekelund
Senior PR Manager, Nordics
ebba.ekelund@visitsweden.com

Visit Sweden har den officielle opgave fra den svenske regering at markedsføre Sverige som turistdestination. Vores vision er, at Sverige i 2030 er verdens mest bæredygtige og attraktive rejsedestination bygget på innovation. I dag er det vigtigere end nogensinde at målrettede rejser er meningsfulde, bevidste og skaber varig værdi med hensyn til vores gæster, for lokalsamfundet og vores planet. Velkommen til Sverige.

https://press.visitsweden.com/2023-12-01-Damp-af-i-seks-mindevaerdige-svenske-saunaer