

Nr. 1 / Juni 2023, Köln  
aquanale

## aquanale 2023 X Sauna from Finland: Carita Harju im Interview



aquanale  
24.10. - 27.10.2023  
<https://www.aquanale.de>

Die finnische Sauna ist wohl die bekannteste Art des Saunierens - eine uralte Tradition uriger Holzhütten, in der Besucherinnen und Besucher durch einen befeuerten Ofen mit Aufgüssen zum Schwitzen gebracht werden. Die Finninnen und Finnen betrachten die Sauna als einen Ort, der nicht nur die Möglichkeit bietet, den Körper zu reinigen, sondern auch den Geist zu beruhigen und Stress abzubauen. Ein Ort der Gesundheit, Entspannung und Geselligkeit. Die 2010 gegründete Initiative „Sauna from Finland“ hat sich der Förderung und Verbreitung der authentischen finnischen Sauna- und Wellnesskultur sowie der damit verbundenen Produkte und Dienstleistungen weltweit verschrieben. Zur anstehenden Veranstaltung vom 24. bis 27. Oktober 2023 hat die aquanale, Internationale Fachmesse für Sauna.Pool.Ambiente., eine strategische Partnerschaft mit „Sauna from Finland“ geschlossen. So sollen den teilnehmenden finnischen Unternehmen auf einer Sonderschaufläche zusätzliche Sichtbarkeit und Unterstützung für die eigenen Exportbemühungen eröffnet werden. Carita Harju, Gründerin und Geschäftsführerin von „Sauna from Finland“, im Interview.

Ihr Kontakt bei Rückfragen:  
Kirsten Hensen  
Telefon  
+49 221 821-2232  
E-Mail  
[k.hensen@koelnmesse.de](mailto:k.hensen@koelnmesse.de)

**Frau Harju, Sie haben 2010 die Initiative „Sauna from Finland“ gegründet. Was ist die Idee hinter dieser Marke?**

**Carita Harju:** „Sauna from Finland“ ist eine Gemeinschaft führender finnischer Unternehmen, die Saunaprodukte und -dienstleistungen anbieten, von traditionellen Holzsaunen über moderne Infrarotsaunen bis hin zu Spa-Behandlungen. Wir - das sind heute schon ca. 200 Mitgliedsunternehmen - teilen alle ein Ziel: die einzigartige und authentische finnische Saunakultur zu bewahren, zu fördern und so einem internationalen Publikum das damit verbundene Wissen und Können der finnischen Expertinnen und Experten zugänglich zu machen. Wir möchten der Welt das finnische Saunaerlebnisse näherbringen und dazu beitragen, das hektische Leben zu erleichtern und den Alltag zu verschönern. Eben so, wie wir Finnen dies tun.

Koelnmesse GmbH  
Messeplatz 1  
50679 Köln  
Postfach 21 07 60  
50532 Köln  
Deutschland  
Telefon +49 221 821-0  
Telefax +49 221 821-2574  
[info@koelnmesse.de](mailto:info@koelnmesse.de)  
[www.koelnmesse.de](http://www.koelnmesse.de)

Geschäftsführung:  
Gerald Böse (Vorsitzender)  
Oliver Frese

Vorsitzende des Aufsichtsrats:  
Oberbürgermeisterin Henriette  
Reker

Sitz der Gesellschaft und  
Gerichtsstand: Köln  
Amtsgericht Köln, HRB 952

**Was ist das Besondere an der finnischen Saunakultur?**

**Carita Harju:** Die Temperatur in einer finnischen Sauna ist im Vergleich zu anderen Saunen auf der Welt relativ hoch. Sie schwankt zwischen 70 und 100 Grad Celsius. Die finnische Sauna wird mit einem elektrischen oder einem holzbefeuerten Ofen beheizt, auf dem Steine aufeinandergeschichtet sind. Beim finnischen Saunabaden wird hauptsächlich Wasser auf die Steine gegossen, um Dampf (Finnisch: Löyly) zu erzeugen und vorübergehend sanfte Wärme zu erzeugen. Die typische

Luftfeuchtigkeit in der Sauna schwankt zwischen 40 und 60 %. Der finnische Dampf verstärkt das Gefühl von Wärme und bringt Besucherinnen und Besucher zum Schwitzen. All diese Elemente - Holz, Wasser, Luft, Feuer - schaffen eine einzigartige Atmosphäre und vereinen zudem eins: die Verbindung zur Natur.

Seite

2/4

Die finnische Sauna ist aber nicht nur ein Ort der Entspannung und Erholung, sondern auch ein wichtiger Bestandteil des sozialen Lebens in Finnland. Man trifft sich mit der Familie oder Freundinnen und Freunden, um gemeinsam zu schwitzen und Zeit miteinander zu verbringen. Dabei spielen Regeln keine Rolle, es geht hier vor allem um das individuelle Wohlfühlerlebnis. Die Sauna ist ein wichtiger Bestandteil unserer Identität und ein Symbol für die finnische Lebensart. Fun Fact: Sie ist so wichtig für unsere Kultur und unseren Alltag, dass es hierzulande sogar mehr Saunen als Autos gibt.

#### **Was sind die Vorteile von regelmäßigen Saunabesuchen für die Gesundheit?**

**Carita Harju:** In den letzten Jahrzehnten hat sich das finnische Saunabaden in der ganzen Welt verbreitet und ist zu einer beliebten Methode der Selbstfürsorge geworden. Saunabaden ist nicht gefährlich - im Gegenteil. Es ist gut für unsere Gesundheit und fördert nicht nur das physische, sondern auch das psychische und soziale Wohlbefinden auf vielfältige Weise. Schon ein gelegentlicher Saunabesuch ist erfrischend. Regelmäßiges Saunabaden ist dank all der ganzheitlichen Vorteile jedoch erstaunlich hilfreich für den Erhalt der Gesundheit - was zu einer besseren Lebensqualität führen und sogar das Leben verlängern kann.

#### **Wie trägt „Sauna from Finland“ zur Förderung der finnischen Saunakultur bei?**

**Carita Harju:** Wir verstehen uns als wichtiger Botschafter für die finnische Identität und Kultur. Wir arbeiten aktiv daran, die finnische Saunakultur und -expertise zu verbreiten und so allen Menschen auf der Welt die Chance auf die beste Saunaerfahrung zu ermöglichen, indem wir unter anderem Informationen über die Vorteile von Sauna teilen, oder Schulungen und Zertifizierungen anbieten. Dafür arbeiten wir eng mit finnischen Herstellern und Zulieferern zusammen, um sicherzustellen, dass stets die höchsten Standards bei der Saunaherstellung und -ausstattung eingehalten werden. Das Label „Sauna from Finland“ steht für Qualität, Authentizität und Nachhaltigkeit. Um es zu erhalten, müssen Produkte und Dienstleistungen bestimmte Kriterien erfüllen, wie z. B. die Verwendung von finnischen Materialien, die Einhaltung nachhaltiger Praktiken und natürlich die Bereitstellung einer authentischen finnischen Saunaerfahrung.

Zudem unterstützen wir unsere Mitglieder in ihren Marketingaktivitäten und stellen Networking-Möglichkeiten bereit. „Sauna from Finland“ fördert darüber hinaus auch die Forschung und Entwicklung von finnischen Saunen und Saunaprodukten und die Zusammenarbeit zwischen Unternehmen und Forschungseinrichtungen.

#### **Sie sind in diesem Jahr eine strategische Partnerschaft mit der aquanale eingegangen. Inwiefern trägt diese zu Ihren Zielen bei?**

**Carita Harju:** Eine Partnerschaft mit der aquanale, der internationalen Leitmesse

der Pool- und Saunabranche, bietet uns eine gute Möglichkeit, die Aktivität des Netzwerks nachhaltig weiterzuentwickeln und so einem breiten, internationalen Publikum den Zweck und Charme der ‚Original Finnish Sauna Experience‘ näher zu bringen. Im Zuge der Kooperation können wir alle relevanten Player - Besucherinnen und Besucher, ausstellende Unternehmen und die Presse - auf dem Markt schnell und einfach ansprechen, unsere Themen und Konzepte kommunizieren und mögliche neue Potenziale aufzeigen.

Seite

3/4

Natürlich sehen wir auch für die Mitgliedsunternehmen die Chance, neue Kunden und Märkte zu erschließen. Wir sehen hier insbesondere bei der Zielgruppe der Betreiber von Freizeitbädern, Thermen und Wasserparks hohes Potential, unsere innovativen Konzepte für den Sauna- und Wellnessbereich in ihren Anlagen aufzuzeigen.

**Und zum Schluss: Was können Besucherinnen und Besucher vom 24. bis zum 27. Oktober in Köln erwarten?**

**Carita Harju:** Besucherinnen und Besucher der aquanale haben im Oktober die Chance, die einzigartige Saunakultur Finnlands hautnah zu erleben. Unser Gemeinschaftsstand wird von einer Landschaftsarchitektin entworfen und spiegelt die Werte des finnischen Saunaerlebnisses wider - mit natürlichen Materialien, einer Begrünung und einem klaren Fokus auf Nachhaltigkeit.

Im Mittelpunkt steht die Lounge ‚SAUNA FROM FINLAND‘, der Networking- und zugleich Entspannungsbereich für unsere teilnehmenden Unternehmen und natürlich unsere Messegäste. Um die zentrale Lounge Area präsentieren sich unsere Mitglieder und Partner, darunter u. a. ‚Visit Finland‘ mit dem Thema ‚Travel & Sauna Destination Finland‘. Von hier aus starten auch wir auch zweimal täglich unsere ‚GUIDED SAUNA TOUR‘ mit anschließendem Besuch eines Saunatrucks im Außenbereich zwischen den Hallen 7 und 8. Hier können interessierte Besucherinnen und Besucher das finnische Saunaerlebnis live testen. Zu unserem täglichen Programm auf der aquanale gehören zudem kleine Talkrunden und am 25. Oktober 2023 laden wir nach Messeschluss zum Workshop ‚Löyly‘ im Saunatruck und zur Happy Sauna Hour ein.

Wir freuen uns darauf, die einzigartige Saunakultur Finnlands zu präsentieren und unsere Leidenschaft für die Sauna mit den Besucherinnen und Besuchern zu teilen!

**Frau Harju, vielen Dank für das Interview!**

**Mehr Informationen unter <https://saunafromfinland.com/de/>**

## Über die aquanale

Die aquanale als internationale Branchenleitmesse präsentiert vom 24. bis 27. Oktober 2023 alle Themen rund um die neuesten Produkte und Designs für modernen, nachhaltigen und innovativen Schwimmbad- und Wellnessbau. Zu den bereits angemeldeten ausstellenden Unternehmen gehören unter anderem Alukov, Aqua Solar, Aquarena, B+B, Behncke, Bieri Tenta, Binder, BWT Procopi, CF Group, Compass Pool, Diamant, Eichenwald, elbtal, Fluidra, grando, Hayward, Herborner Pumpen, Herget, Hugo Lahme, Klarer, Maitec, Meranus, Midas, Narvi, Niveco, n-tree, OSF, Peraqua, Renolit, Riviera Pool, Rollo Solar, SCP, Softub World, SPECK Pumpen, T & A, TechnoAlpin, Tintometer Lovibond, Trendpool Weinmann, WDT, Whirlcare, Wibre, Wiegand Waterrides und weitere. Das Ausstellerverzeichnis gibt einen aktuellen Überblick: <https://www.aquanale.de/aquanale-aussteller/ausstellerverzeichnis/>.

Die aquanale belegt wieder die modernen Nordhallen 7 und 8, unmittelbar am Eingang Nord des Kölner Messegeländes. In Halle 7 werden die Themen Schwimmbadtechnik und Pool abgebildet. Auch das Vortragsareal des Internationalen Schwimmbad- und Wellness-Forums wird in Halle 7 zu finden sein. Die Schwerpunkte Sauna, Whirlpool, Wellness & SPA sowie der private Schwimmbadbereich mit Pools & Aufstellbecken wird in Halle 8 zusammengefasst.

Weitere Informationen unter: [www.aquanale.de](http://www.aquanale.de) und [www.fsb-cologne.de](http://www.fsb-cologne.de).

### Anmerkung für die Redaktion:

Fotomaterial der aquanale finden Sie in unserer Bilddatenbank im Internet unter [www.aquanale.de/bilddatenbank](http://www.aquanale.de/bilddatenbank)  
Presseinformationen finden Sie unter [www.aquanale.de/presseinformation](http://www.aquanale.de/presseinformation)  
Bei Abdruck Belegexemplar erbeten.

**aquanale-Blog:** [www.bsw-web.de/aquanale](http://www.bsw-web.de/aquanale)

**aquanale auf Facebook:** [www.facebook.com/Bundesverband-Schwimmbad-Wellness-bsw-eV-598396243652679/](http://www.facebook.com/Bundesverband-Schwimmbad-Wellness-bsw-eV-598396243652679/)

**aquanale auf LinkedIn:** [www.linkedin.com/showcase/aquanale/about/](http://www.linkedin.com/showcase/aquanale/about/)

### Ihr Kontakt bei Rückfragen:

Kirsten Hensen  
Public and Media Relations Managerin

Koelnmesse GmbH  
Messeplatz 1  
50679 Köln  
Deutschland  
Telefon: +49 221 821-2232  
[k.hensen@koelnmesse.de](mailto:k.hensen@koelnmesse.de)  
[www.koelnmesse.de](http://www.koelnmesse.de)