

OBSAH

| | | |
|-------|--------------------------------------------------------|----|
| 1 | Úvodem | 7 |
| 2 | Základní požadavky pro stavbu a provoz sauny | 10 |
| 2.1 | Energetické požadavky | 10 |
| 2.2 | Provozní požadavky | 11 |
| 2.3 | Ekonomické požadavky | 12 |
| 2.4 | Provozně bezpečnostní požadavky | 13 |
| 3 | Druhy saun | 14 |
| 3.1 | Sauny rodinné | 14 |
| 3.2 | Sauny v dětských zařízeních | 20 |
| 3.3 | Sauny v ubytovacích zařízeních | 24 |
| 3.4 | Sauny podnikové | 25 |
| 3.5 | Sauny tělovýchovných jednot | 28 |
| 3.6 | Sauny pro veřejnost | 34 |
| 3.7 | Sauny rehabilitačních a lázeňských zařízení | 42 |
| 4 | Tepelně technické řešení sauny | 43 |
| 4.1 | Vytápění objektu | 43 |
| 4.2 | Vytápění potírny | 44 |
| 4.2.1 | Vytápění potírny sauny tuhými palivy | 51 |
| 4.2.2 | Vytápění potírny sauny plynem | 55 |
| 4.2.3 | Vytápění potírny sauny tekutými palivy | 57 |
| 4.2.4 | Vytápění potíren saun elektřinou | 57 |
| | – Přímotopná elektrická topidla | 57 |
| | – Akumulační elektrická topidla | 59 |
| 4.2.5 | Vytápění parními registry | 59 |
| 4.2.6 | Kombinované vytápění | 59 |
| 4.3 | Tepelná izolace objektu | 61 |
| 4.4 | Tepelná izolace potírny | 61 |
| 4.4.1 | Výpočet tepelných ztrát potírny | 62 |
| 4.5 | Větrání | 72 |
| 4.5.1 | Větrání potírny | 72 |
| 4.6 | Zdroje energie a možnosti úspor | 76 |
| 5 | Dřevo v sauně | 81 |
| 5.1 | Dřevo v potírně sauny | 81 |
| 5.2 | Dřevo v objektu sauny mimo potírnu | 88 |
| 6 | Voda v sauně | 93 |
| 6.1 | Teplá voda | 93 |
| 6.2 | Studená voda | 93 |
| 6.3 | Bazény | 94 |
| 6.4 | Sprchy | 95 |
| 6.5 | Odpady | 96 |
| 6.6 | Možnosti úspor vody | 97 |

| | | |
|-------|----------------------------------------------------------|-----|
| 7 | Elektrická zařízení v sauně | 98 |
| 7.1 | Základní požadavky na elektrickou instalaci | 98 |
| 7.2 | Roztřídění prostorů sauny a jejich zvláštnosti | 99 |
| 7.3 | Ochrana před nebezpečným dotykovým napětím | 101 |
| 7.4 | Topidla | 105 |
| 7.5 | Regulace teploty a havarijní vypínání | 108 |
| 7.6 | Rozvodná zařízení | 109 |
| 7.7 | Vedení | 109 |
| 7.8 | Osvětlení | 112 |
| 8 | Konstrukční řešení sauny | 113 |
| 8.1 | Mokré provozní prostory sauny | 113 |
| 8.1.1 | Podlahy | 113 |
| 8.1.2 | Bazény | 114 |
| 8.1.3 | Stěny mokrých provozů | 115 |
| 8.2 | Suché provozy | 116 |
| 8.3 | Pomocné provozy | 117 |
| 9 | Architektonické řešení sauny | 118 |
| 9.1 | Vybavení objektu sauny | 118 |
| 9.2 | Doplňky v objektu sauny | 118 |
| 9.3 | Barevnost v objektu sauny | 122 |
| 10 | Montáž a možnosti vlastní výroby | 124 |
| 10.1 | Požadavky na montáž | 125 |
| 10.2 | Vlastní výroba | 130 |
| 10.3 | Spotřeba materiálů | 133 |
| 11 | Hygiena a saunování | 135 |
| 11.1 | Dezinfekce a úklid v prostorách sauny | 135 |
| | – Dezinfekce v objektu sauny – postupy | 135 |
| 11.2 | Požadavky na občerstvení | 139 |
| 11.3 | Výměna prádla | 139 |
| 11.4 | Požadavky na doprovodné procedury | 140 |
| 11.5 | Saunař a provoz sauny | 140 |
| | – Návrh pracovního postupu saunaře | 140 |
| | – Návrh provozního řádu sauny | 142 |
| 11.6 | Saunování | 144 |
| | Literatura | 151 |
| | Předpisy a normy | 152 |
| | Rejstřík | 153 |