

GUGGEMOS

FÜR JEDEN SPA ZU HABEN

VORWORT

WHAT'S UP?
AKTUELLES

2025 & 2026
RÜCKBLICK & AUSBLICK

NEWS
KUNDENLIEBLINGE

GESUNDHEIT
ERLEBEN!

KUNDENSTIMME
FAMILIE HOLZER

PROFITIPP
SAUNAGANG
& WASSERPFLEGE

EVENT-
KALENDER

WELLNESS POST

01/2026

MEHR ALS NUR
WELLNESS-
EIN LEBENSGEFÜHL

Entspannung SPASS SPA Gesundheit FITNESS



Liebe Wellness-Freunde, liebe Wohlfühler,

Mit großer Vorfreude blicken wir auf das Jahr 2026 – gut vorbereitet, klar ausgerichtet und mit einem starken Fundament. Die vergangenen Monate haben einmal mehr gezeigt, wie wertvoll ein engagiertes Team, verlässliche Partner, hochwertige Lieferanten, ein lebendiges Netzwerk und vor allem zufriedene Kundinnen und Kunden sind. Dafür möchten wir an dieser Stelle Danke sagen.

Unsere Produkte und Dienstleistungen für 2026 stehen. Sie spiegeln unseren Anspruch wider, Qualität, Innovation und Wohlbefinden miteinander zu verbinden.

Gleichzeitig befinden sich bereits einige Neuerungen und neue Produkte in der Integration, mit denen wir unser Portfolio gezielt weiterentwickeln. Dabei bleiben wir unserem Leitgedanken treu: Wellness und Gesundheit für zu Hause erlebbar, nachhaltig und individuell zu gestalten.

Auch im kommenden Jahr spielt der persönliche Austausch eine zentrale Rolle. Unsere internen Veranstaltungen, wie die beliebten Sauna- und Badetage, sind fest geplant und bieten Raum für Informationen und Live-Tests. Darüber hinaus haben wir mehrere externe Messen gebucht, um Präsenz zu zeigen, unsere Lösungen vorzustellen und Menschen für die Themen Wellness, Entspannung und Gesundheit im eigenen Zuhause zu begeistern. Der direkte Dialog, das Erleben unserer Produkte und der persönliche Kontakt sind für uns durch nichts zu ersetzen.

Ein weiterer wichtiger Meilenstein erwartet uns im ersten Quartal 2026: Unser eigener Katalog „Wärme“ geht in den Druck. Mit diesem Katalog bündeln wir unsere Kompetenz, unsere Leidenschaft und unser Sortiment in einer klaren, hochwertigen und inspirierenden Form. Parallel dazu wird unser Online-Shop komplett neu aufgesetzt – moderner, übersichtlicher und noch kundenfreundlicher.

Auch unsere Homepage wird umfassend aktualisiert, um Inhalte, Leistungen und Mehrwerte noch transparenter darzustellen. Und das ist längst nicht alles: Zahlreiche weitere Projekte und Optimierungen befinden sich bereits in Planung oder Umsetzung.

All diese Schritte verfolgen ein gemeinsames Ziel: unseren Kundinnen und Kunden auch 2026 ein verlässlicher Partner zu sein – mit durchdachten Produkten, exzellentem Service und einem echten Verständnis für individuelle Wellness- und Gesundheitsbedürfnisse. Wir freuen uns darauf, diesen Weg gemeinsam weiterzugehen, neue Impulse zu setzen und das Thema Wellness zu Hause mit Begeisterung, Kompetenz und Herz weiter voranzubringen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen der Wellnesspost und freuen uns auf ein erfolgreiches und gesundes Jahr 2026.

Bettina & Arthur Guggemos





What's up?

Saunameister-Lehrgang erfolgreich abgeschlossen

Von Anfang Oktober bis Dezember 2025 absolvierte Arthur erfolgreich den Saunameister-Lehrgang.

Die Ausbildung fand in einem Zeitraum von rund drei Monaten statt und wurde von insgesamt 19 Teilnehmerinnen und Teilnehmern besucht. Ziel des Lehrgangs war es, fundierte fachliche Kenntnisse mit praxisnaher Anwendung zu verbinden.

Im Rahmen der Ausbildung wurden medizinische Grundlagen, die Wirkung von Wärme auf den menschlichen Körper sowie Themen wie Sicherheit, Hygiene und verantwortungsvoller Umgang mit Gästen vermittelt.

Ein besonderer Schwerpunkt lag auf den unterschiedlichen Aufgussarten und Wedeltechniken, die sowohl theoretisch behandelt als auch praktisch trainiert wurden.

An drei intensiven Praxistagen in der Therme Erding konnte das erworbene Wissen direkt umgesetzt und vertieft werden. Dabei standen der strukturierte Ablauf eines Aufgusses, die richtige Technik sowie das Gespür für die Bedürfnisse der Gäste im Vordergrund.

Dieses Wissen fließt künftig direkt in die Beratung, Planung und Weiterentwicklung unserer Angebote ein – zum Vorteil unserer Kundinnen und Kunden.

Neuer Wärme-Katalog – jetzt schon vormerken

Unser neuer Wärme-Katalog befindet sich aktuell in der finalen Vorbereitung und wird im ersten Quartal 2026 fertiggestellt. Er bündelt unser gesamtes Sortiment und bietet einen umfassenden Überblick über unsere Lösungen rund um Wellness und Wärme für das eigene Zuhause.



Im Wärme-Katalog finden Sie alle Produkte zu Innen- und Außensauna, Infrarot, Zubehör sowie Saunatechnik. Der Katalog dient als praktische Orientierung und unterstützt bei der Planung individueller Wellnessbereiche – von der ersten Idee bis zur Umsetzung.

Wenn Sie den neuen Wärme-Katalog nach Erscheinen druckfrisch erhalten möchten, können Sie sich bereits jetzt vormerken lassen.

Klicken Sie dazu einfach auf den QR-Code und sichern Sie sich Ihr persönliches Exemplar.

Wir freuen uns darauf, Ihnen unseren neuen Wärme-Katalog bald vorstellen zu dürfen.





Viel Bewegung bei Guggemos

Das Jahr 2025 war für uns ein echtes Highlightjahr. Unter dem Motto „Wellness für Körper und Geist“ durften wir zahlreiche Events, Workshops, Messeauftritte und Medienprojekte umsetzen. Dabei entstanden viele besondere Momente, neue Begegnungen und Gelegenheiten, unsere Leidenschaft für Wellness und Entspannung mit Ihnen zu teilen.

Messen und Aktionstage

Auf verschiedenen Messen machten wir unsere Produktneuheiten und Wellness-Lösungen für Sie persönlich erlebbar. Der direkte Austausch mit Kunden und Interessenten stand dabei stets im Mittelpunkt. Ergänzend dazu boten unsere Aktionstage die Möglichkeit, Produkte live zu testen, Fragen an unsere Experten zu stellen und aktuelle Wellness-Trends kennenzulernen.

Wellnessforum

Ein besonderer Höhepunkt des Jahres war für uns die zweite Auflage des Wellnessforums am 25. und 26. Oktober in unserem Haus. Das vielfältige Angebot unserer Aussteller und Fachreferenten stieß auf großes Interesse und die Resonanz war überwältigend.

Über beide Tage hinweg nutzten zahlreiche Besucher die Gelegenheit, sich intensiv zu informieren, Neues auszuprobieren und wertvolle Impulse für ihre persönliche Wellness-Routine mitzunehmen.

Das Wellnessforum war ein voller Erfolg und zeigt eindrucksvoll, wie stark das Interesse an Gesundheit, Entspannung und bewusster Lebensqualität ist.

Wim Hof-Workshop: Kundenstimme

"Ich habe den Eisbaden-Workshop mit dem zertifizierten Wim-Hof-Instructor Michael Nuss besucht, um die Wirkung von Kälte auf Körper und Geist selbst zu erleben. Der Workshop war sehr professionell organisiert und fand in einer ruhigen, angenehmen Atmosphäre statt. Besonders überzeugt haben mich die verständliche Einführung in die Atemtechnik und mentale Vorbereitung sowie die sichere, schrittweise Heranführung an das Eisbaden. Für mich war der Workshop nicht nur ein intensives Erlebnis, sondern auch eine echte Bereicherung für meine persönliche Gesundheitsroutine."

Unser Imagefilm

Ein weiteres Highlight war die Produktion unseres neuen Imagefilms. Besonders authentisch wird er durch echte Kundenstimmen, die in Referenz-Sequenzen von ihren Erfahrungen, Wohlfühlmomenten und der Wirkung unserer Produkte im Alltag berichten.





Ausblick 2026

Saunatage am 27. und 28. Februar 2026

Bei unseren Sauna- und Infrarottagen präsentieren wir mehr als 20 verschiedene Produkte aus unserem Sortiment. Selbstverständlich werden die Anlagen zu Vorführzwecken in Betrieb genommen, sodass Funktion, Technik und Wirkung direkt erlebbar sind.

Gezeigt und vorgeführt werden Saunahäuser, Innensaunen, Fasssaunen sowie Infrarotkabinen in unterschiedlichen Ausführungen – von der holzbefeuerten Fasssauna über Praxistipps unseres zertifizierten Saunameisters Arthur Guggemos für Aufgüsse in der privaten Sauna bis hin zu verschiedenen Heizsystemen bei Infrarotkabinen wie Flächenheizung, Rückenstrahler oder Kombinationen mit Salzluft und Salzverdampfer. Auch finnische Saunen und Dampfsaunen sind Teil der Präsentationen.

Ein besonderer Fokus liegt auf technischen Neuerungen: Ein komplett neuer Saunaofen sowie eine neue Saunasteuerung mit App-Anbindung werden erstmals vorgestellt und im Betrieb gezeigt.

Netzwerkveranstaltung am Donnerstag, 12. März 2026 | 17–19 Uhr

Unter dem Motto „Warum Netzwerken wichtig ist“ laden wir zu einer Netzwerkveranstaltung in entspannter Atmosphäre ein. Neben dem persönlichen Austausch bei Speis und Trank dürfen sich die Teilnehmenden auf Garry Hayward freuen der Impulse zum Thema Direktvertrieb gibt. Ziel ist es, Kontakte zu vertiefen, Erfahrungen zu teilen und neue Sichtweisen mitzunehmen.

NUR...
BIS ZU DEN
SAUNATAGEN
SIND DIE PREISE
AUS 2025
GÜLTIG!

Schautage am 25. und 26. April 2026

Unsere Schautage sind eine herzliche Einladung an alle, die sich für Wellness zu Hause interessieren – ganz gleich, ob Sie uns neu kennenlernen oder bereits zu unseren Kunden zählen.

Im Mittelpunkt stehen, ein neues Saunahaus, neue Whirlpoolmodelle sowie unsere bewährten Kundenlieblinge – die meistgefragtesten Produkte des vergangenen Jahres. Die Mischung aus Neuheiten und erprobten Lösungen bietet einen umfassenden und inspirierenden Überblick über unser aktuelles Sortiment.

Ein besonderer Mehrwert der Schautage liegt im persönlichen Austausch: Unsere erfahrenen Techniker geben praxisnahe Tipps, insbesondere rund um die Wasserpflege im Whirlpool. Besucher haben die Möglichkeit, individuelle Fragen zu stellen und auf Wunsch sogar eigenes Poolwasser zur Analyse mitzubringen.

Für das leibliche Wohl ist selbstverständlich gesorgt. Gerne können im Vorfeld Termine vereinbart werden, damit wir uns ausreichend Zeit für eine persönliche Beratung nehmen können.

Badetage am 12. und 13. Juni 2026

Während unseren Badetagen haben Sie die Möglichkeit, Whirlpools und Swim Spas live zu erleben. In einem privaten Zeitfenster können Sie gerne auch gemeinsam mit Ihrer Familie oder zu zweit, ungestört entspannen.

Nach einer kurzen Einweisung steht Ihnen der Whirlpool oder das Swim Spa exklusiv zur Verfügung.

Ein besonderes Highlight: Markus Seitz, Reha-, Personal- und Torwarttrainer, ist während den Badetagen in unserer Ausstellung, um Euch im Anschluss an das Baden zu massieren und wenn gewünscht Kinesiologische Tapes anzulegen

Die Badetage bieten damit eine besondere Gelegenheit, Entspannung, Bewegung und Hydromassage in direkter Anwendung kennenzulernen.

Zu unseren Schau- und Aktionstagen können im Vorfeld Termine für eine persönliche Beratung gebucht werden.



KUNDENLIEBLINGE

Auswahl aus unserem Sortiment

In dieser Wellnesspost stellen wir Ihnen die Lieblingsprodukte unserer Kundinnen und Kunden vor – eine besondere Auswahl aus den Bereichen Saunahaus, Sauna, Infrarot, Whirlpool, Swim Spa und Ice Tubs. Diese Modelle haben sich über viele Jahre im praktischen Einsatz bewährt. In den letzten Jahren hat sich in Beratungsgesprächen,

Ausstellungen und Praxistests gezeigt, welche Produkte besonders geschätzt werden.

Persönliches Erleben, Ausprobieren und ehrliches Feedback aus der täglichen Nutzung haben sie zu echten Favoriten gemacht.

Alle vorgestellten Produkte können live in unserer Ausstellung erlebt werden.

Whirlpools

– mehrere Modelle mit umfangreicher Serienausstattung

In der Kategorie Whirlpool zeigen wir mehrere Modelle, die mit einer umfangreichen Serienausstattung geliefert werden.

Dazu zählen eine Thermoabdeckung, Wasser- und Farbspiele, eine Ozondesinfektion sowie eine eigene, geräuscharme Zirkulationspumpe für dauerhaft sauberes Wasser.

Optional ist eine Aromatherapie möglich.



Modell Levis



Modell
Detroit



Modell Nashville



Modell
Hamilton



Sauna Natur Premium

– ein Grundmodell mit Wahlmöglichkeiten

In der Sparte Sauna stellen wir mit der Sauna Natur Premium ein Grundmodell vor, das in unterschiedlichen Größen und Ausstattungsvarianten verfügbar ist.

Es wird inklusive Glaselement geliefert und kann als finnische Sauna oder Bio-Sauna ausgeführt werden.

Neu ab 2026 ist das Touchbedienelement mit App-Steuerung, welches optional ausgewählt werden kann.



Saunalodge Premium

– ein Grundkonzept mit verschiedenen Grundrissen

Bei diesem Saunahaus gibt es ein Grundkonzept, das wahlweise mit oder ohne Vorraum umgesetzt werden kann. Ab 2026 ist es auch in Thermofichte erhältlich. Zur Grundausstattung gehören immer die Verkabelung, Saunaausstattung, Ofen, Steuerung, sowie Tür- und Fensterelemente und eine Dachabdichtung inklusive Regenrinne.



Infrarotkabinen

– mit komfortabler Ausstattung

In der Kategorie Infrarot präsentieren wir zwei Kabinen, die serienmäßig mit Flächenheizung, Rückenstrahler, Farbenspiel, Lautsprechern sowie Salzverdampfer oder Salzlüfter ausgestattet sind. Bei diesen Infrarotvarianten sind verschiedene Größen erhältlich.



SoleVita
Rustica

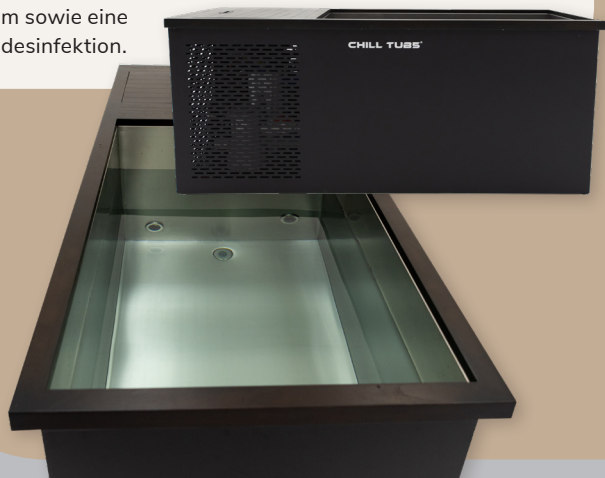
Stella
Optima



Ice Tub

– ein Produkt für gezielte Kälteanwendung

Beim Ice Tub stellen wir den Chill Tub Original vor, welcher zur Regeneration, Erholung oder Aktivierung des Körpers eingesetzt wird. Zur Ausstattung gehören eine Abdeckung, ein Wärmetauscher, ein Filtersystem sowie eine Ozondesinfektion.



Swim Spa Dallas

– in verschiedenen Längen erhältlich

Beim Swim Spa präsentieren wir ein Modell, das in verschiedenen Längen erhältlich ist. Es vereint aktives Schwimmen und Entspannung in einem System und ist mit Gegenstromanlage, Massageplätzen und Thermoabdeckung ausgestattet.





Gesundheit erleben

– die wohltuende Wirkung moderner Wellnessprodukte

Wärme, Wasser und gezielte Entspannung sind seit jeher zentrale Elemente ganzheitlicher Gesundheitskonzepte. Sauna, Infrarotkabine, Whirlpool und Swim-Spa nutzen diese Prinzipien auf unterschiedliche Weise und bieten jeweils eigene gesundheitliche Vorteile. Richtig eingesetzt, ergänzen sie sich ideal – für mehr Vitalität, Regeneration und Lebensqualität.

Sauna

– intensive Wärme für Abwehrkräfte und Regeneration

Die klassische Sauna setzt gezielt auf hohe Temperaturen, die den Körper zum Schwitzen anregen. Dabei erweitern sich die Blutgefäße, die Durchblutung wird gesteigert und der Stoffwechsel aktiviert.

Der Wechsel aus Hitze und Abkühlung trainiert das Herz-Kreislauf-System sowie die Gefäße und kann die Anpassungsfähigkeit des Körpers verbessern.

Regelmäßige Saunagänge unterstützen zudem die körpereigene Immunabwehr, fördern die Entspannung der Muskulatur und tragen zur schnelleren Regeneration nach körperlicher Belastung bei.

Auch die Haut profitiert: Durch das Schwitzen werden Poren gereinigt und die Haut besser durchblutet. Nicht zuletzt wirkt die Ruhe während des Saunierens stressreduzierend und ausgleichend auf das vegetative Nervensystem.

Infrarot

– sanfte Tiefenwärme mit gezielter Wirkung

Infrarotkabinen arbeiten mit Strahlungswärme, die direkt in Haut, Muskeln und Gelenke eindringt. Anders als in der klassischen Sauna erwärmt sich dabei nicht primär die Raumluft, sondern der Körper selbst.

Diese tiefenwirksame Wärme kann Muskelverspannungen lösen, die Durchblutung im Gewebe verbessern und Schmerzen im Rücken- oder Gelenkbereich lindern.

Durch die moderaten Temperaturen sind Infrarotanwendungen besonders schonend und eignen sich auch für Menschen, die hohe Hitze weniger gut vertragen. Zusätzlich kann das sanfte Schwitzen den Stoffwechsel anregen, die Entgiftungsprozesse des Körpers unterstützen und zu einem tiefen Gefühl von Entspannung und innerer Ruhe führen.

Whirlpool

– Wärme, Wasser und Massage im Einklang

Der Whirlpool kombiniert warmes Wasser mit gezielten





Massageimpulsen. Der Auftrieb im Wasser entlastet Gelenke, Bandscheiben und Wirbelsäule, während Massagedüsen verspannte Muskelpartien lockern und die Durchblutung anregen. Diese Kombination wirkt besonders wohltuend bei Verspannungen, Rückenschmerzen und stressbedingten Beschwerden.

Darüber hinaus hat das warme Wasser eine beruhigende Wirkung auf das Nervensystem: Puls und Atemfrequenz können sich senken und Stresshormone werden reduziert. Viele Anwender berichten von besserem Schlaf und einem allgemein gesteigerten Wohlbefinden. Der Whirlpool ist damit nicht nur ein Ort der Entspannung, sondern auch ein wertvolles Instrument zur mentalen Regeneration.

Swim Spa

– aktives Training trifft wohltuende Entspannung

Der Swim Spa vereint Bewegung und Regeneration in einem System. Durch den gleichmäßigen Wasserstrom lassen sich Ausdauer- und Krafttraining auf kleinem Raum realisieren – gelenkschonend und effektiv. Der natürliche Widerstand des Wassers kräftigt die Muskulatur, verbessert die Beweglichkeit und fördert die Herz-Kreislauf-Fitness.

Gleichzeitig bietet der Swim Spa die Möglichkeit zur Entspannung: Nach dem Training sorgen integrierte Massagedüsen und warmes Wasser für eine beschleunigte Regeneration der Muskulatur. Dadurch eignet sich der Swim Spa sowohl für sportlich Aktive als auch für Menschen, die gezielt etwas für ihre Gesundheit, Mobilität und Ausdauer tun möchten.

Ice Tub

– gezielte Kälte für Regeneration und mentale Stärke

Der Ice Tub ermöglicht eine effektive Kälteanwendung zur Förderung von Regeneration, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden.

Durch das kontrollierte Eintauchen in kaltes Wasser wird die Durchblutung angeregt, die Muskelregeneration unterstützt und das Immunsystem stimuliert. Gleichzeitig

kann regelmäßiges Eisbaden helfen, Stress abzubauen und die mentale Widerstandskraft zu stärken.

Dank seines durchdachten Designs ist der Ice Tub einfach in der Anwendung und flexibel einsetzbar – ideal für die regelmäßige Integration in den Alltag. Ob nach sportlicher Belastung oder als bewusster Impuls für Körper und Geist: Mit dem Ice Tub können Sie gezielt etwas für Ihre Gesundheit, Regeneration und mentale Balance tun.

Ganzheitliches Wohlbefinden als Ziel

Ob passiv entspannend oder aktiv fordernd – jedes dieser Wellnessprodukte spricht unterschiedliche Bedürfnisse an. In Kombination genutzt, entsteht ein ganzheitliches Gesundheitskonzept, das Körper und Geist nachhaltig stärkt und den Alltag spürbar entschleunigt.



Wir begeistern unsere Kunden durch Service & Qualität



Entscheidung für mehr Lebensqualität

**Ein Gespräch über Beratung,
Probepools und die Entscheidung
für einen Whirlpool von
Guggemos.**

Der Wunsch nach Entspannung im eigenen Zuhause stand schon länger im Raum. Sollte es ein klassischer Swimmingpool werden oder doch ein Whirlpool? Diese Frage beschäftigte Familie Holzer über einen längeren Zeitraum – bis sie über Social Media auf uns aufmerksam wurde. Ein Besuch beim Tag der offenen Tür brachte schließlich die entscheidende Wende.

Der erste Kontakt: persönlich, ehrlich, überzeugend

Vor Ort überzeugte vor allem eines, die individuelle und persönliche Beratung. Statt Verkaufsdruck erlebten wir ein offenes Gespräch auf Augenhöhe. Direkt beim ersten Termin wurden wir von Arthur Guggemos selbst beraten.

Schnell war für uns klar, die Entscheidung sollte nicht überstürzt werden. Zwei Modelle kamen in die engere Auswahl.

Um wirklich sicherzugehen, nutzten wir das Angebot des Probepools – gleich zweimal ;-).

„Es war keine leichte Entscheidung – aber am Ende waren wir uns als Familie einig, welches Modell perfekt zu uns passt.“

Beratung mit Blick fürs Detail

Was wir als Familie besonders schätzten, war die Tiefe der Beratung. Jedes Modell wurde detailliert erklärt, denn kein Whirlpool gleicht dem anderen. Kleine Unterschiede in Ausstattung, Sitzposition oder Massagefunktion machten letztlich den entscheidenden Unterschied.

Nach der Entscheidung folgte die Planung der Aufstellung. Zunächst stand die Terrasse zur Debatte, doch letztlich fiel die Wahl auf den Garten. Wichtig war uns, den Whirlpool nicht einfach zu platzieren, sondern ihn harmonisch in das Gesamtbild des Hauses zu integrieren.

Privatsphäre spielte dabei eine große Rolle. So entstand ein durchdachtes Gestaltungskonzept mit einer anthrazitfarbenen Mauer, kombiniert mit grünen Elementen – modern, aber dennoch wohnlich.

Auch bei der Vorbereitung ließ uns Guggemos nicht allein. Ein Außendienstmitarbeiter kam vor Ort, prüfte die Gegebenheiten und beriet ausführlich. Besonders positiv, es gab keinen Zeitdruck.

**WIR WAREN VON DER ERSTEN
SEKUNDE AN VON DER BERATUNG
UND DEN PRODUKTEN
ÜBERZEUGT.**



„Man hat sich wirklich Zeit genommen – das war sehr angenehm und absolut kundenorientiert.“

Da es unser erster Whirlpool ist, gab es vor allem beim Thema Technik und Wasserpflege viele Fragen. Am Tag der Aufstellung war Arthur persönlich mit seinem Technikteam vor Ort und erklärte alles Schritt für Schritt.

Zusätzlich zur persönlichen Einweisung erhielten wir ausführliche Unterlagen – und auch nach der Installation blieb der Service erreichbar.



Rundum gut aufgehoben

Vom ersten Kontakt über die Beratung und das Probebaden bis hin zur Planung, Aufstellung und dem Service danach – wir blicken durchweg positiv auf den gesamten Prozess zurück.





Unsere Praxistipps

– Wellnesswissen für Genießer

Saunagang... aber richtig!

– einfach erklärt für Einsteiger

Bei der Saunaeinweisung werden wir häufig gefragt, wie ein Saunagang zu Hause eigentlich richtig abläuft, besonders beim ersten Test der eigenen Sauna.

Aus diesen Gesprächen ist diese kurze Erklärung entstanden. Sie soll Sicherheit geben und den Einstieg erleichtern.

Wichtig ist dabei immer, auf den eigenen Körper zu hören. Wie beim Training im Sport gilt auch beim Saunieren, langsam beginnen, nichts überstürzen und mit der Zeit ein Gefühl dafür entwickeln.

1. Vorbereitung

Vor dem ersten Saunagang duschen Sie sich und trocknen Sie sich gut ab. Betreten Sie die Sauna und setzen oder legen Sie sich entspannt hin – bitte immer ein Handtuch als Auflage verwenden. Atmen Sie ruhig und kommen Sie an.

2. Wärmephase

Bleiben Sie 8 bis max. 15 Minuten in der Sauna, Anfänger starten eher kürzer. Ein Aufguss ist möglich, aber kein Muss.

3. Frische Luft & Abkühlung

Nach Ihrem Saunagang gehen Sie ein paar Minuten an die frische Luft – gerne auch ein paar Schritte laufen und sich bewegen. Anschließend langsam abkühlen oder kalt duschen, beginnend bei den Beinen und dann aufsteigend weiter mit den Armen und dem Oberkörper.

4. Ruhephase

Ruhen Sie sich 15-20 Minuten aus, am besten im Liegen. Trinken Sie Wasser oder ungesüßter Tee um den Wasserverlust auszugleichen.

5. Wiederholen

Ein Saunabesuch besteht meist aus 2 bis 3 Saunagängen. Beenden Sie auch den letzten Gang immer mit Abkühlung und Ruhe.

Unser Tipp:

Genießen Sie die Sauna ohne Zeitdruck. Hören Sie auf Ihr Körpergefühl – es ist der beste Maßstab für einen angenehmen Saunabesuch.





Wasserpflege Profitipps!

Wasserpflegetipps von unserem Technikteam

Ihr Whirlpool ist ein Ort der Entspannung und des Wohlbefindens. Damit Sie diesen unbeschwert genießen können, ist eine passende und zuverlässige Wasserpflege entscheidend.

Klares, frisches und hygienisch einwandfreies Wasser sorgt für ein angenehmes Badegefühl und trägt zum Werterhalt Ihres Whirlpools oder Swim Spas bei. Unser Technikteam gibt Ihnen hierzu einen kompakten Überblick aus der Praxis.

In dieser Wellnesspost stellen wir die wichtigsten Desinfektionsmethoden vor, die in Whirlpools und Swim Spas zum Einsatz kommen. Die konkreten Anwendungsschritte und Dosierungen erklären wir anschaulich in kurzen Videos, die Sie über die QR-Codes abrufen können.

Welche Desinfektionsmethode ist die richtige?

Grundsätzlich kommen drei bewährte Methoden zur Wasserpflege zum Einsatz: Chlor, Brom und Aktivsauerstoff. Jede Variante hat ihre eigenen Eigenschaften und Vorteile – entscheidend sind Ihre persönlichen Vorlieben, die Nutzungshäufigkeit und mögliche Empfindlichkeiten.

Chlor ist die klassische und sehr zuverlässige Methode zur Wasserdesinfektion. Es wirkt schnell, erreicht auch schwer zugängliche Bereiche der Rohrleitungen und eignet sich besonders für häufig genutzte Whirlpools.

Brom bietet eine ebenso effektive Desinfektion, wird jedoch als deutlich geruchsärmer empfunden. Durch seine langsame Wirkstoffabgabe sorgt es für eine gleichmäßige Wasserpflege über einen längeren Zeitraum.

Aktivsauerstoff ist eine chlorfreie und sanfte Alternative. Das Wasser fühlt sich angenehm weich an und ist nahezu geruchlos. Diese Methode eignet sich besonders für em-

pfindliche Badegäste und alle, die eine milde Wasserpflege bevorzugen.

Unser Praxis-Tipp

Unabhängig von der gewählten Methode ist eine regelmäßige Kontrolle der Wasserwerte sowie eine saubere Filteranlage entscheidend. Für eine sichere Anwendung empfehlen wir unsere Videoanleitungen, in denen unser Technikteam Schritt für Schritt zeigt, worauf es ankommt. Bei Fragen oder Unsicherheiten stehen wir Ihnen gerne persönlich zur Verfügung – auch bei unseren Schautagen oder im direkten Gespräch in unserer Ausstellung.



Chlor-desinfektion



Desinfektion mit Brom



Desinfektion mit Aktivsauerstoff



IMMOTAGE AUGSBURG

30.01. - 01.02.2026

SAUNATAGE GUGGEMOS DINKELSCHERBEN

27.02. + 28.02.2026

WIR MESSE DILLINGEN

04.03. - 08.03.2026

NETZWERK- TREFFEN GUGGEMOS DINKELSCHERBEN

12.03.2026 ab 17 Uhr

SOBA GEWERBESCHAU SCHROBENHAUSEN

19.03. - 22.03.2026

GMM GEWERBEMESSE MANCHING

10.04. - 12.04.2026

WIR MESSE GUNZENHAUSEN

16.04. - 19.04.2026

SCHAUTAGE GUGGEMOS DINKELSCHERBEN

25.04. + 26.04.2026

GARTENTAGE SCHLOSS KALTENBERG

08.05. - 10.05.2026

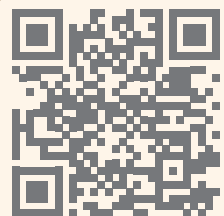
BADETAGE GUGGEMOS DINKELSCHERBEN

12.06. + 13.06.2026

**UNSER
ANGEBOT!
AUSSTELLUNGS-
MODELLE
ZU ATTRAKTIVEN
PREISEN**

GUGGEMOS

VERANSTALTUNGS- KALENDER



Falls Sie einen individuellen Beratungstermin wünschen, können Sie diesen QR-Code nutzen.



Guggemos Whirlpool GmbH • Augsburger Straße 54 • D - 86424 Dinkelscherben
Telefon: +49 (0) 8292 - 1061 • anfrage@whirlpool-guggemos.de • www.whirlpool-guggemos.de