

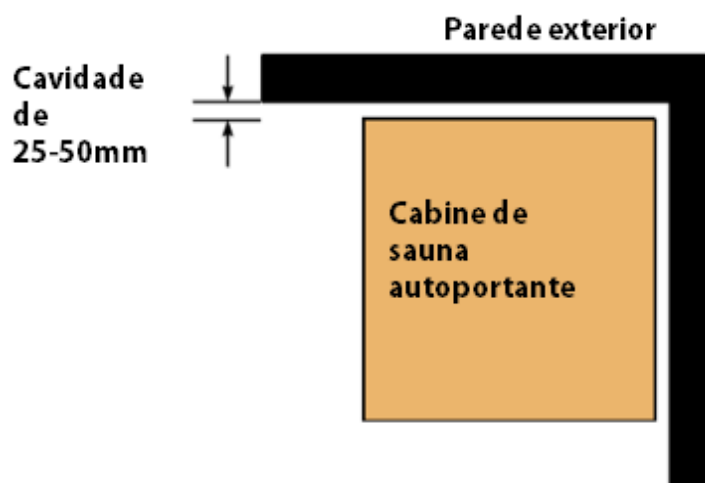
Guia para construir uma sauna

Antes de instalar uma cabine de sauna numa sala, é necessário considerar os seguintes aspetos:

- Estrutura, ou seja se a sauna será uma estrutura autoportante ou se será construída numa sala seguindo a tendência das paredes atuais
- Instalação doméstica ou profissional
- Material de construção da sala na qual a cabine de sauna está instalada (paredes externas com tijolos, paredes internas, isolamento pré-existente, etc.)
- Ventilação e condensação
- Tamanho do quarto, com atenção para a altura do teto
- Posição da porta (que deve sempre abrir para o exterior)
- Posição do fogão
- Arranjo de bancos
- Posição da janela de ventilação

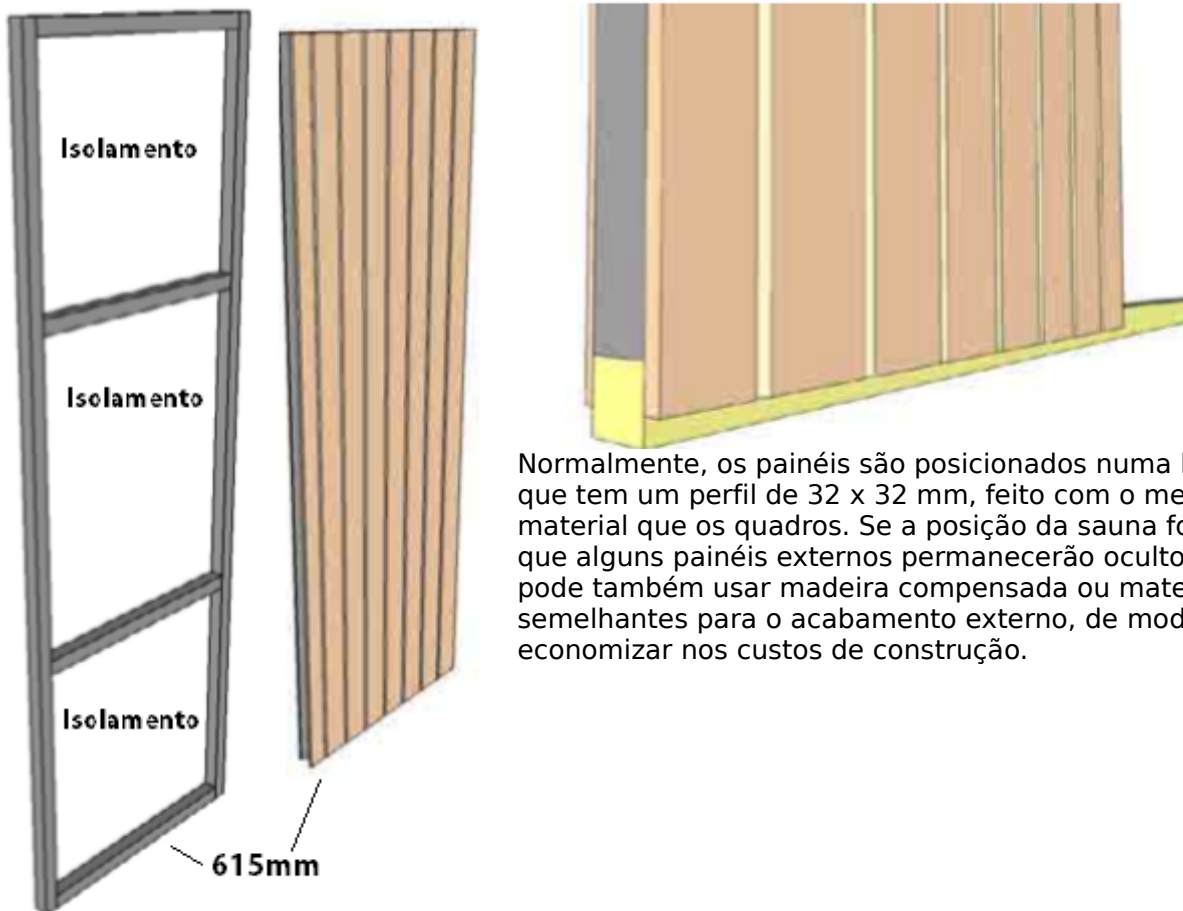
Estrutura autoportante

O melhor método para construir uma sauna dentro de uma propriedade é criar uma estrutura autoportante, com uma cavidade ao redor dos painéis adjacentes às paredes. As fendas de ventilação devem ser feitas nos painéis da cabine e a sua posição correta depende do arranjo da estufa. Pode ser necessário instalar um pequeno extrator ou simplesmente deixar a porta aberta para enfrentar a condensação, dependendo do edifício. O caso mais problemático é representado por uma parede externa composta de um único nível de tijolos, como uma garagem independente. Neste caso, recomendamos uma cavidade de 50mm entre as paredes da sauna e as da sala. Um quarto normal dentro da casa ainda precisaria de uma cavidade de 25mm para permitir ventilação adequada ao redor da estrutura. Uma cabine independente é construída realizando as paredes e o teto como conjuntos de painéis individuais que são preenchidos com isolamento e forrados com madeira antes de serem fixados juntos para formar a estrutura. É aconselhável garantir que os painéis do mesmo tamanho sejam montados um sobre o outro numa superfície plana. Veja a página seguinte para mais informações sobre a construção dos quadros do painel.



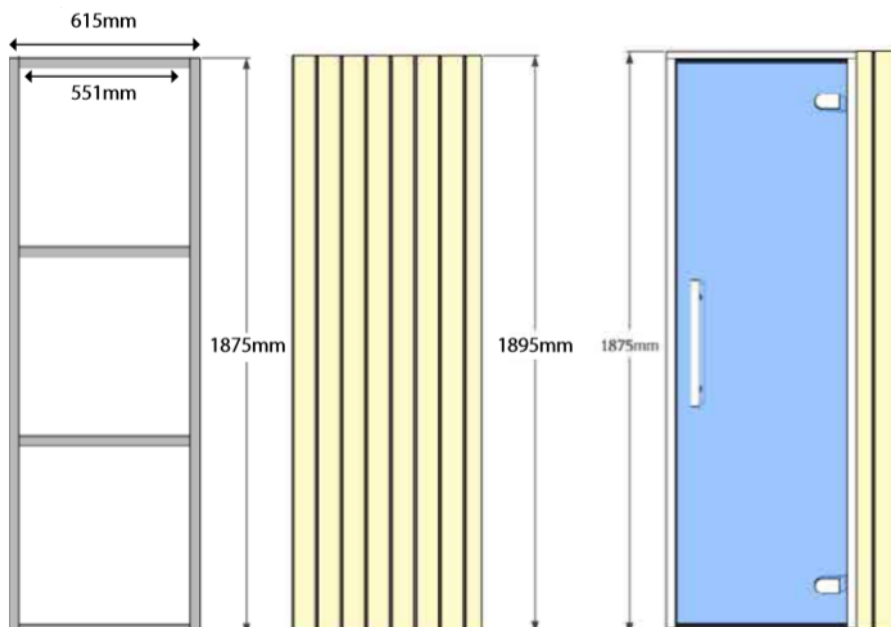
Construção de um painel de sauna de madeira

A moldura do painel é feita com madeira 32 x 32mm. O espaço entre os vários quadros internos é preenchido com 50mm de isolamento de lã de rocha. Para utilizações profissionais, é necessário proporcionar uma protecção contra o vapor - por exemplo, uma folha de alumínio - entre o revestimento externo e as estruturas.



Normalmente, os painéis são posicionados numa base que tem um perfil de 32 x 32 mm, feito com o mesmo material que os quadros. Se a posição da sauna for tal que alguns painéis externos permanecerão ocultos, pode também usar madeira compensada ou materiais semelhantes para o acabamento externo, de modo a economizar nos custos de construção.

As dimensões do nosso painel de sauna normal são 1875 x 615mm, que se tornam 1895mm considerando o revestimento externo. A sauna é geralmente terminada com um rodapé interno na base dos painéis.

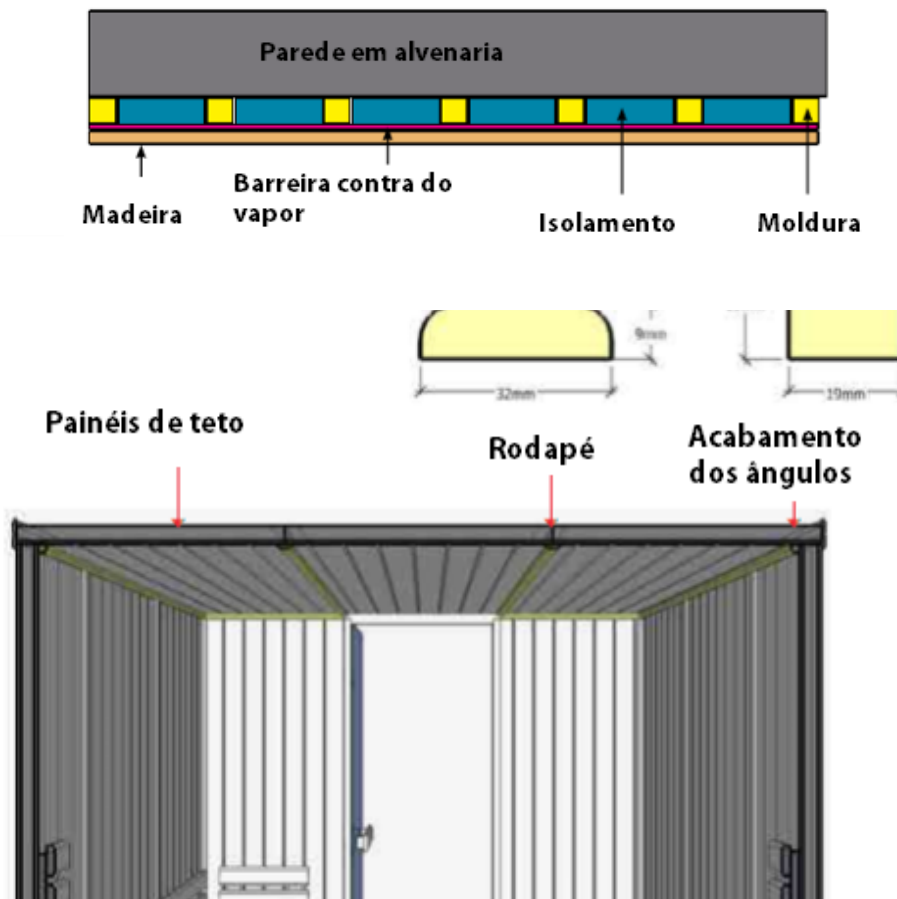


Revestir diretamente uma parede existente

É possível revestir diretamente uma parede existente usando um painel composto apenas de molduras e simplesmente posicionando o isolamento e o revestimento interno detrás da madeira; esta construção pode exigir a predisposição de uma janela de ventilação na estrutura de alvenaria. A utilização desta solução também pode dar origem (devido aos materiais de construção presentes) à acumulação de humidade, o que é prejudicial tanto para a sauna como para a sala existente.

Para cobrir diretamente uma parede existente, é necessário considerar seriamente o uso de uma barreira de vapor com uma cobertura entre a madeira e a parede pré-existente. Para saunas profissionais, recomenda-se uma solução semelhante, mesmo que opte por construir uma cabine autoportante.

É necessário verificar se a sala está em perfeito quadrado. Se este não for o caso, é aconselhável proceder em qualquer caso com a construção de uma sauna quadrada, aumentando a espessura do isolamento e a posição dos painéis. Quando as paredes são cobertas com madeira, as mesmas molduras podem ser fixadas às paredes, ou podem ser posicionadas com a ajuda de ripas horizontais (ou verticais, de acordo com as linhas das tiras).



Teto

O teto deve ser feito com uma moldura como mostrado nas páginas anteriores. Pode ser necessário cobrir as molduras com tiras de madeira já, antes de prosseguir com a instalação; rodapés podem ser usados especificamente para cobrir as juntas. Acabamentos de ângulos podem ser posicionados onde as paredes tocam o teto. O melhor método para fixar rodapés e acabamentos é usar uma pistola de pregos.

Todos os materiais descritos nestas páginas estão disponíveis no nosso sítio web.

Revestir a cabine de sauna

Painéis de parede e teto

Na nossa fábrica usamos madeiras acabadas com estas características:

- Madeira de abeto de 9mm
- Madeira de abeto de 18mm para cabines profissionais
- Madeira de hemlock Premium de 9mm de alta qualidade, sem nós

Todo o material de madeira que trabalhamos na fábrica é seco em forno, de qualidade A e proveniente de florestas sustentáveis da Finlândia



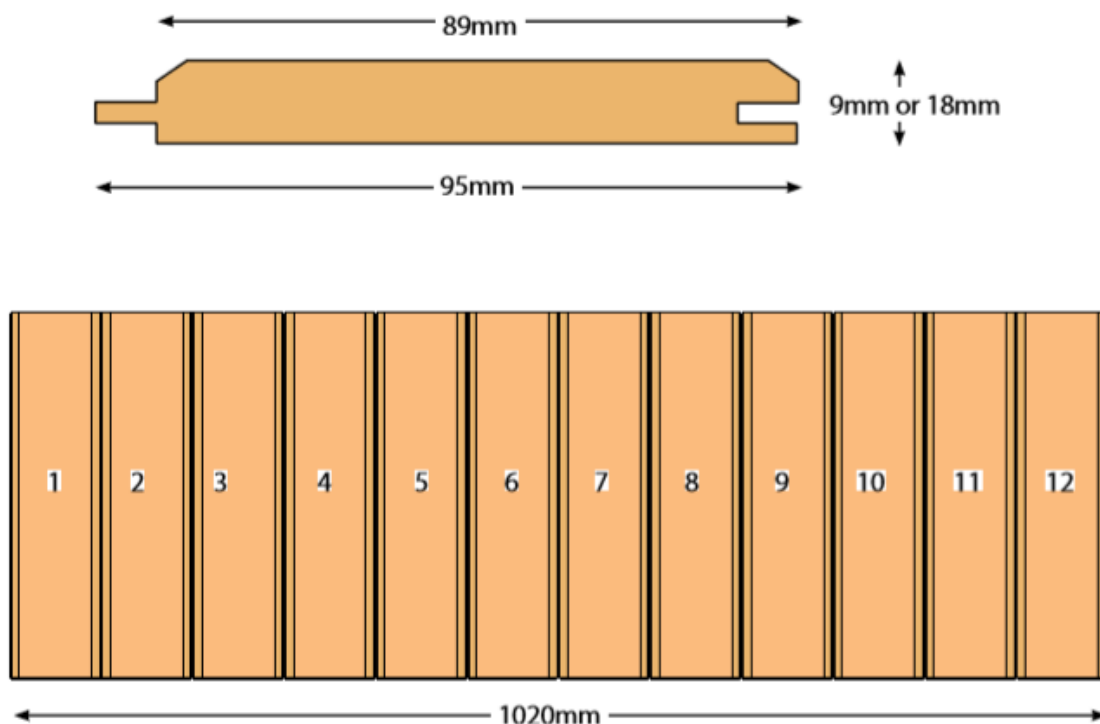
Abeto escandinavo



Hemlock sem nós

Tamanhos da madeira

Espessura de 9mm ou 18mm, largura de 95mm (incluindo 6mm sobrepostos entre uma tira e outra). Um metro linear requer 12 tiras e são vendidas no nosso sítio web em pacotes de 12 tiras, em comprimentos de 1895 e 2150mm.



Calcular o número de tiras necessárias para o revestimento

Calcular o número de tiras para cada parede e para o teto

Número de tiras = comprimento da parede em metros x 12 tiras

Comprimento das tiras = altura interna do teto

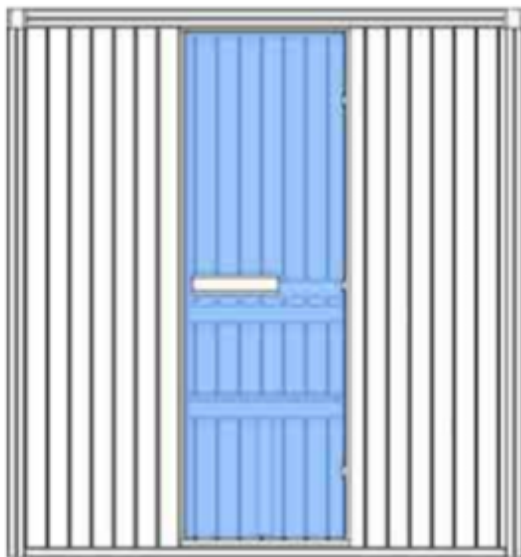
Altura ideal do teto

Se você usar uma porta Oceanic, a altura externa da moldura da porta é de 1875 mm.

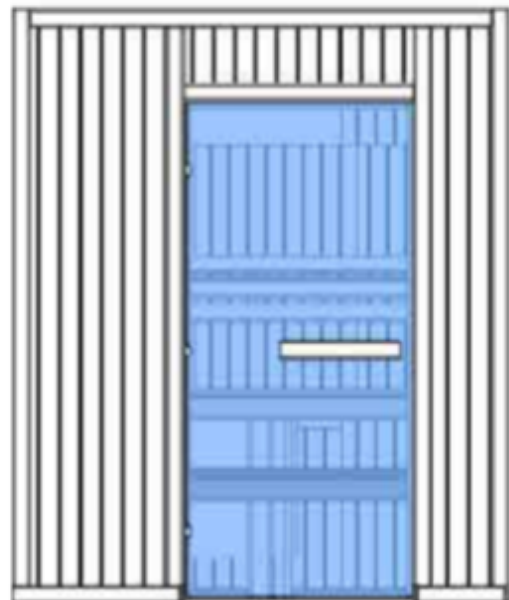
Construindo uma estrutura autoportante com os caixilhos e a base (como descrito acima), a altura típica do revestimento é de 1865 mm.

Um teto mais baixo torna a sauna mais eficiente, pois, o calor tende a subir. Se você preferir uma sauna mais alta, terá que considerar que mesmo a superfície acima da porta requer um revestimento de tiras.

Para o revestimento do teto, em primeiro lugar, considere a direção em que deseja orientar as tiras: normalmente, o tamanho maior é o preferido para reduzir os cortes. Note que o tamanho máximo das tiras é de 4,3 m.



Sauna de altura padrão com revestimento de tiras à esquerda e à direita da porta



Uma cabine de maior altura requer um revestimento também sobre a porta

Oceanic

Bancos

A Oceanic Saunas pode fornecer kits prontos para a montagem com tudo o que precisa para construir os bancos da sua cabine de sauna. Os kits estão disponíveis em diferentes tamanhos padrão e podem ser modificados e cortados para atender às duas necessidades.

O banco em si é feito de um conjunto de ripas fixadas numa armação com suportes em forma de L em aço. As travessas acrescentam solidez e rigidez aos bancos; os bancos são então montados na parede através do uso de barras transversais e são suportados por duas pernas altas ou baixas com base na posição do próprio banco, a ser fixadas abaixo. As barras também são suportadas por pernas especiais.

Os kits de bancada estão disponíveis em vários formatos:

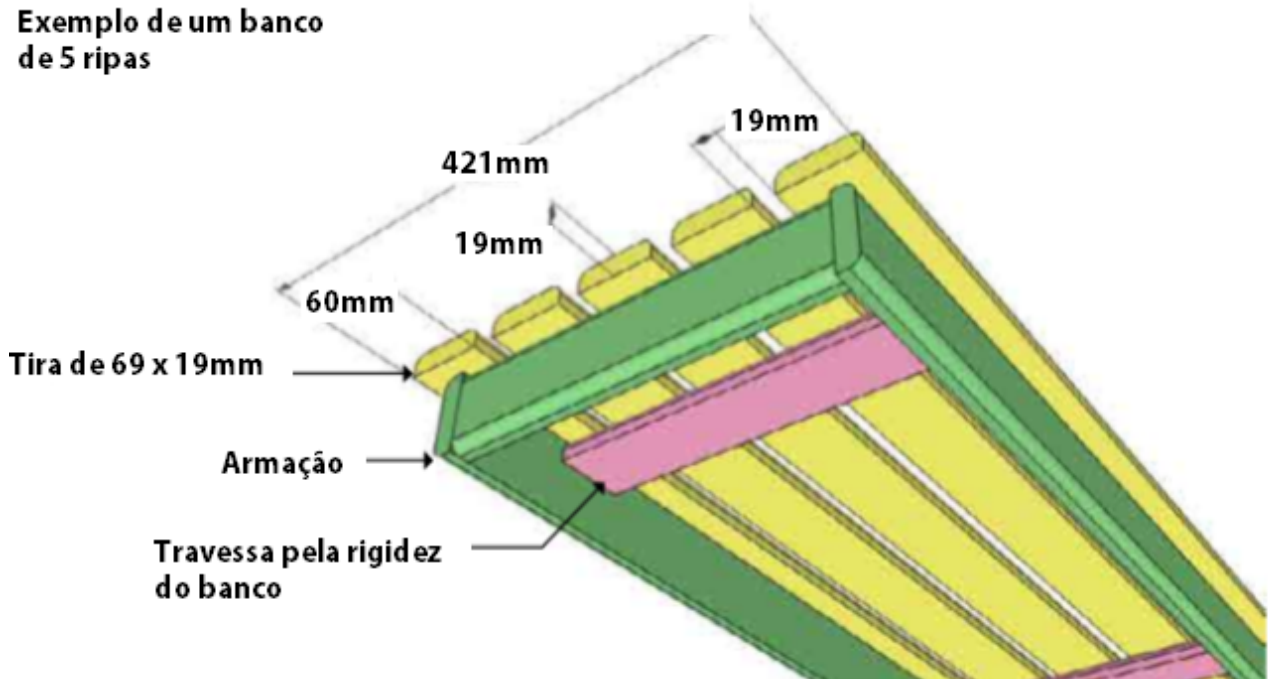
Sauna para a casa, com 5 ripas madeira de abeto ou obeche 69 x 19mm (421mm de profundidade)

Sauna tipo Vision, com 6 ripas de madeira 69 x 19 mm (509 mm de profundidade)

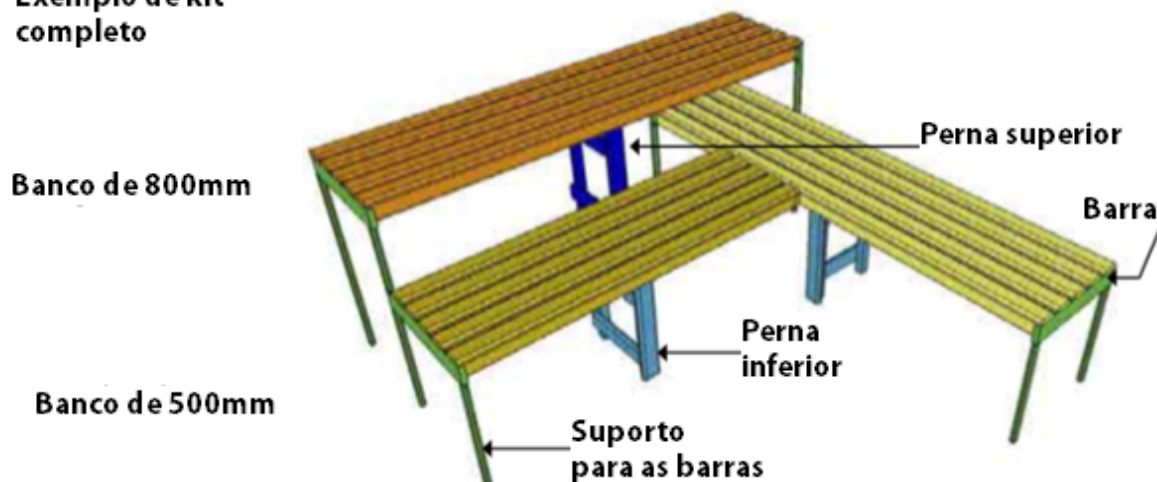
Sauna profissional, com 5 ripas de 90 x 25 mm (526 mm de profundidade)

Ao entrar em contacto connosco ou visitando nosso sítio web, pode obter mais informações sobre toda a gama disponível.

Exemplo de um banco de 5 ripas



Exemplo de kit completo

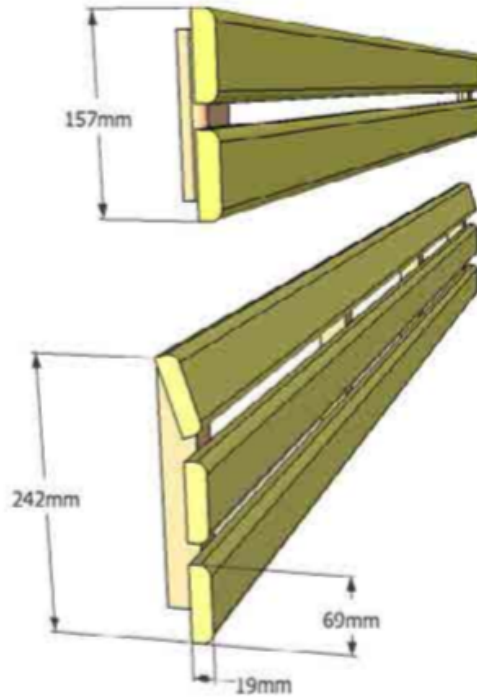


Encosto

Tal como para os bancos, também desenvolvemos kits para os encostos, disponíveis em duas especificações:

Celebration - composto por duas tábuas de abeto, 157mm.

Deluxe - composto por três tábuas em obeche, 242mm.



Chão

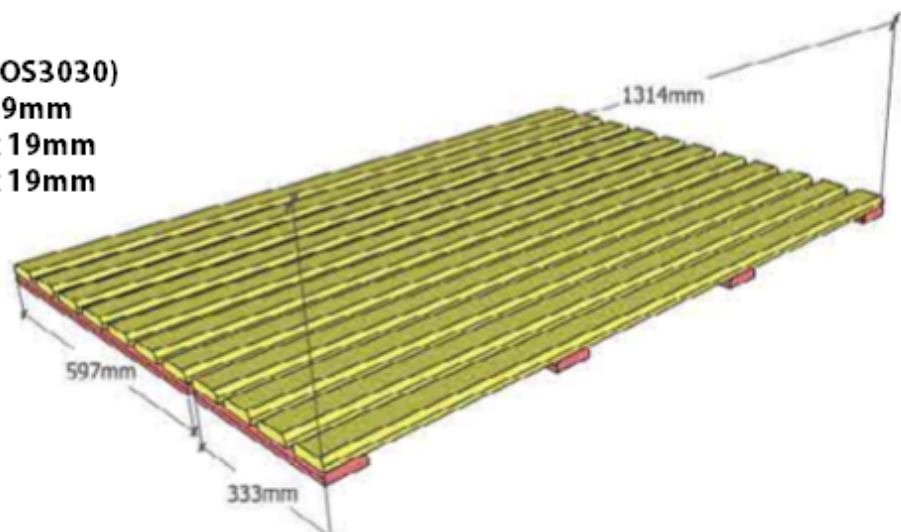
Também os pisos móveis estão disponíveis em kits e nas especificações descritas acima. Em particular, os pisos Celebration são feitos de madeira de abeto escandinavo, enquanto os Deluxe são feitos de madeira obeche. Em ambos os casos, as secções de madeira são 69 x 19mm.

Exemplo de kit (modelo OS3030)

11 ripas de 1314 x 69 x 19mm

4 travessas de 597 x 69 x 19mm

4 travessas de 333 x 69 x 19mm



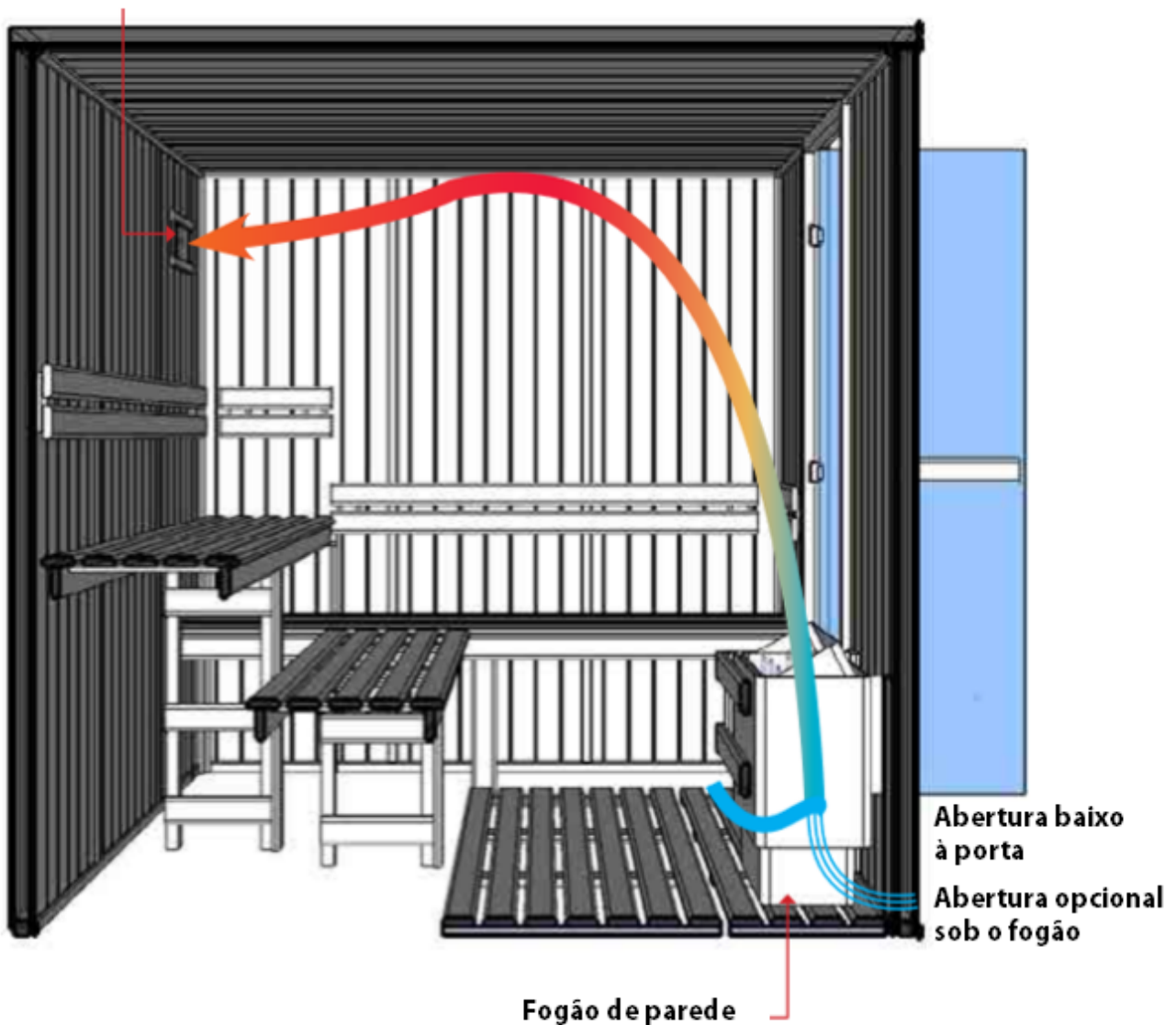
Ventilação

Para um fluxo de ar ideal ao redor da sauna, são necessárias aberturas e janelas de ventilação corretas.

O ar fresco pode ser empurrado através da fenda abaixo da porta, em presença de uma janela de ventilação no lado oposto ao fogão, o que permite que o ar quente saia.

Uma fenda adicional e opcional pode ser feita na parte inferior, atrás do fogão.

Janela de ventilação em posição oposta ao fogão



Toda a ventilação é passiva.
Pode comprar os produtos para fazer as aberturas e janelas na nossa secção de acessórios ou nos kits na loja online.