

RL 25-01

Durchführung manueller Aufgüsse im Saunaraum

Exposee

Die Richtlinie RL 25-01 legt einheitliche, rechtskonforme und praxisnahe Standards für die Durchführung manueller Saunaaufgüsse in öffentlichen Saunaanlagen in der Schweiz fest. Sie wurde entwickelt, um die Sicherheit, Qualität und Fachlichkeit von Aufgusszeremonien in der Schweizer Saunakultur nachhaltig zu sichern und weiterzuentwickeln.



**Schweizer
Sauna Bund**
Fédération suisse des saunas
Federazione Svizzera della Sauna

Stand: Januar 2026

Dokumentenstatus und Versionierung

Dokumentenkenung

Titel: Richtlinie RL 25-01 – Durchführung manueller Aufgüsse im Saunaraum

Herausgeber: Schweizer Sauna Bund (SSB), Fachbereich Aus- und Weiterbildung

Versionsübersicht

Version	Datum	Status	Beschreibung
0.1	Frühling 2025	Entwurf	Erste interne Entwurfsfassung
0.2	Dezember 2025	Entwurf	Fachliche Erweiterung und Überarbeitung
0.9	Januar 2026	Finalentwurf	Formale Konsolidierung und Vorbereitung der Veröffentlichung
1.0	1. Februar 2026	In Kraft	Erstveröffentlichung

Aktuelle Version

Version: 1.0

Stand: Januar 2026

Inkrafttreten: 1. Februar 2026

Geltungsstatus

Mit dem Inkrafttreten der Version 1.0 verlieren alle vorherigen Entwurfsfassungen dieser Richtlinie ihre Gültigkeit.

Es gilt ausschliesslich die jeweils aktuelle, veröffentlichte Version.

Weiterentwicklung und Revision

Der Schweizer Sauna Bund behält sich vor, diese Richtlinie bei Bedarf zu überprüfen, weiterzuentwickeln oder anzupassen.

Änderungen werden in Form neuer Versionen veröffentlicht und entsprechend kommuniziert.

Verhältnis zu Kapitel 9

Die Regelungen zu **Inkrafttreten**, **verbindlicher Fassung**, **Herausgeberschaft** und **Kontakt** sind in **Kapitel 9 (Schlussbestimmungen)** abschliessend geregelt.

Dieser Abschnitt dient ausschliesslich der **dokumentarischen Einordnung und Versionstransparenz**.

Inhalt

Dokumentenstatus und Versionierung	1
1 Geltungsbereich.....	4
1.1 Zweck dieses Kapitels	4
1.2 Räumlicher und institutioneller Geltungsbereich	4
1.3 Sachlicher Geltungsbereich	5
1.4 Personeller Geltungsbereich	5
1.5 Abgrenzung	5
1.6 Verhältnis zu anderen Regelwerken	5
2 Zweck der Richtlinie	6
2.1 Zielsetzung	6
2.2 Zielgruppen	6
2.3 Funktion im Qualitäts- und Sicherheitsmanagement	6
3 Einordnung in das Schweizer Rechtssystem	6
3.1 Rechtliche Stellung.....	6
3.2 Relevante Rechtsgrundlagen (nicht abschliessend).....	7
3.3 Verantwortung	7
4 Begriffe	7
4.1 Aufguss	7
4.2 Aufgussarten	7
4.3 Aufgussmittel	8
4.4 Aufgusspersonal.....	8
4.5 Saunagast	8
4.6 Saunaanlage	9
4.7 Saunaraum / Saunakabine	9
4.8 Duftstoff.....	9
4.9 Wedeltechnik	9
4.10 Verkehrssicherungspflicht.....	10
4.11 Qualifikation	10
5 Allgemeine Anforderungen für die Durchführung von Saunaaufgüssen	10
5.1 Grundprinzipien.....	10
5.2 Voraussetzungen in der Saunakabine	11
5.3 Information der Gäste	11
5.4 Technischer Ablauf des Aufgusses.....	12
5.5 Hygieneanforderungen.....	13
5.6 Abbruchkriterien.....	13

6 Personaleinsatz.....	13
6.1 Grundsatz	13
6.2 Fachliche Qualifikation des Aufgusspersonals	13
6.3 Fachliche Verantwortung und Aufsicht.....	14
6.4 Schulung und Unterweisung.....	15
6.5 Betriebliche Einweisung.....	15
6.6 Gesundheitliche Eignung	15
6.7 Persönliche Eignung und Verhalten.....	16
6.8 Dokumentation.....	16
6.9 Einsatzplanung und Regeneration des Aufgusspersonals	16
7 Durchführung des Saunaaufgusses.....	17
7.1 Grundsätze.....	17
7.2 Vorbereitung.....	18
7.3 Gästeinformation.....	18
7.4 Durchführung des Aufgusses.....	19
7.5 Menge des Aufgusswassers.....	19
7.6 Verhalten während des Aufgusses	21
7.7 Abschluss und Entlüftung	21
7.8 Kleidung des Aufgusspersonals	22
7.9 Dokumentation.....	22
8 Verkehrssicherungspflicht	23
8.1 Grundsatz	23
8.2 Verantwortlichkeit.....	23
8.3 Typische Gefahrenquellen bei Saunaaufgüssen	23
8.4 Massnahmen zur Gefahrenvermeidung.....	24
8.5 Verhalten bei Ereignissen	24
8.6 Dokumentation und Nachvollziehbarkeit	24
9. Schlussbestimmungen.....	25

1 Geltungsbereich

1.1 Zweck dieses Kapitels

Dieses Kapitel legt den **Anwendungsrahmen der Richtlinie RL 25-01** fest. Es definiert verbindlich,

- für welche Betriebe,
- für welche Tätigkeiten und
- für welche beteiligten Akteur:innen

die Richtlinie gilt und in welchen Fällen sie **nicht** zur Anwendung kommt.

Ziel ist eine klare fachliche und rechtliche Einordnung der Richtlinie als **branchenspezifischer Referenzstandard** des Schweizer Sauna Bunds.

1.2 Räumlicher und institutioneller Geltungsbereich

Diese Richtlinie richtet sich an **Betreiber:innen öffentlicher Saunaanlagen in der Schweiz**, in denen **manuelle Saunaaufgüsse durch betrieblich eingesetztes Personal** durchgeführt werden.

Als öffentliche Saunaanlagen im Sinne dieser Richtlinie gelten alle **gewerblich betriebenen Einrichtungen**, die:

- durch Einzelpersonen, Unternehmen oder Körperschaften geführt werden und
- der externen Kundschaft physisch zugänglich sind (d. h. nicht ausschliesslich privat genutzt werden).

Die Richtlinie beschreibt den **anerkannten Stand der guten Praxis** für:

- Planung und Organisation manueller Aufgüsse,
- deren fachgerechte Durchführung,
- den gesundheitsverträglichen Einsatz von Aufgusspersonal.

Sie ist eine **fachliche Empfehlung des Schweizer Sauna Bunds (SSB)**.

Sie entfaltet **keine unmittelbare gesetzliche Verbindlichkeit**, kann jedoch als **branchenspezifischer Referenzstandard** herangezogen werden, insbesondere im Zusammenhang mit:

- Qualitätssicherung,
- Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz,
- Ausbildung, Einsatz und Beurteilung von Saunapersonal,
- internen Weisungen, Verträgen und Zertifizierungen.

Abweichungen sind zulässig, sofern durch **gleichwertige organisatorische oder technische Massnahmen** ein vergleichbares Schutz- und Qualitätsniveau sichergestellt wird.

1.3 Sachlicher Geltungsbereich

Diese Richtlinie gilt ausschliesslich für **manuelle Saunaaufgüsse**, bei denen Wasser, Eis oder aufbereitete Flüssigkeiten gezielt auf heisse Ofensteine gegeben werden, um thermische Reize kontrolliert zu verstärken.

Nicht Gegenstand dieser Richtlinie sind:

- automatisierte Aufgussanlagen,
 - Dampfbadrituale und Dampfanwendungen,
 - Inhalations-, Licht- oder Aromaanwendungen ohne klassischen Aufgussprozess,
 - sonstige Wärmeanwendungen ohne manuelle Aufgussdurchführung.
-

1.4 Personeller Geltungsbereich

Die Richtlinie richtet sich insbesondere an:

- Betreiber:innen öffentlicher Saunaanlagen,
 - fachlich verantwortliche Personen (z. B. Betriebs- oder Bereichsleitende, Sicherheitsverantwortliche),
 - aufgussdurchführende Personen (Saunameister:innen, Aufgussfachkräfte),
 - planende und ausbildende Institutionen im Bereich Saunaaufgüsse,
 - kantonale und kommunale Behörden im Rahmen von Aufsichts- und Kontrolltätigkeiten.
-

1.5 Abgrenzung

Diese Richtlinie ist **nicht anwendbar** auf:

- vollständig private Saunen zur ausschliesslichen Eigen- oder Familiennutzung,
 - temporäre oder mobile Saunen ohne regelmässigen Aufgussbetrieb,
 - Aufgusswettbewerbe und Showformate mit eigenständigem, ausdrücklich abweichendem Reglement.
-

1.6 Verhältnis zu anderen Regelwerken

Die RL 25-01 ist eine **nationale Richtlinie des Schweizer Sauna Bunds**.

Sie ersetzt keine gesetzlichen Bestimmungen oder Normen, sondern ergänzt diese auf betriebspraktischer Ebene.

2 Zweck der Richtlinie

2.1 Zielsetzung

Die Richtlinie RL 25-01 verfolgt das Ziel, **einheitliche, praxisnahe und gesundheitsorientierte Standards** für die Durchführung manueller Saunaaufgüsse in öffentlichen Saunaanlagen der Schweiz festzulegen.

Sie dient insbesondere dazu:

- sichere und gesundheitsfördernde Aufgüsse zu gewährleisten,
 - die Dienstleistungsqualität im Schweizer Saunawesen zu stärken,
 - Betreiber:innen und Fachpersonen in ihrer Verantwortung zu unterstützen,
 - eine nachvollziehbare fachliche Grundlage für Schulung, Kontrolle und Beurteilung zu schaffen.
-

2.2 Zielgruppen

Die Richtlinie richtet sich an:

- Betreiber:innen öffentlicher Saunaanlagen,
 - Aufgusspersonal und Saunameister:innen,
 - Ausbildungs- und Schulungsträger,
 - interne Sicherheits- und Qualitätsverantwortliche.
-

2.3 Funktion im Qualitäts- und Sicherheitsmanagement

Die RL 25-01 dient als:

- betrieblicher Orientierungsrahmen,
 - Grundlage für interne Weisungen und Schulungen,
 - Referenzstandard für Audits, Zertifizierungen und Qualitätsentwicklungsprozesse.
-

3 Einordnung in das Schweizer Rechtssystem

3.1 Rechtliche Stellung

Die RL 25-01 ist eine **nichtgesetzliche Branchenrichtlinie** mit dem Charakter einer fachlichen Norm.

Sie steht **unterhalb gesetzlicher Vorschriften**, konkretisiert diese jedoch in praxisnaher Form.

Sie kann bei Kontrollen, Gutachten oder rechtlichen Beurteilungen als **anerkannter Stand der Branche** herangezogen werden.

3.2 Relevante Rechtsgrundlagen (nicht abschliessend)

Die Anwendung dieser Richtlinie erfolgt insbesondere im Kontext von:

- Arbeitsgesetz (ArG),
 - Verordnung über die Unfallverhütung (VUV),
 - Chemikaliengesetz und -verordnung (ChemG / ChemV),
 - kantonalen Vorschriften zu Hygiene, Raumluft und Betriebssicherheit,
 - Vorgaben von EKAS, SUVA und zuständigen Vollzugsbehörden.
-

3.3 Verantwortung

Die Verantwortung für die Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben und die sachgerechte Umsetzung dieser Richtlinie liegt beim **Betreiber der Saunaanlage**.

Delegationen von Aufgaben sind möglich, die Gesamtverantwortung bleibt jedoch beim Betrieb.

4 Begriffe

Dieses Kapitel definiert die zentralen Begriffe, die für das **Verständnis und die Anwendung der Richtlinie RL 25-01** erforderlich sind.

Die nachfolgenden Begriffsdefinitionen gelten **für den gesamten Geltungsbereich dieser Richtlinie** und sind bei deren Auslegung und Umsetzung verbindlich anzuwenden.

4.1 Aufguss

Ein **Saunaaufguss** im Sinne dieser Richtlinie ist die gezielte Verdampfung von Flüssigkeiten auf den heissen Ofensteinen eines Saunaofens mit dem Ziel, die thermische Wirkung in der Saunakabine kontrolliert zu verstärken.

Der Aufguss umfasst:

- die Applikation von Wasser, Eis oder aufbereiteten Flüssigkeiten auf die Ofensteine sowie
 - die aktive Verteilung der entstehenden heissen Luft durch geeignete Wedeltechniken.
-

4.2 Aufgussarten

Je nach Zielsetzung, Ablauf und eingesetzten Mitteln werden folgende Aufgussarten unterschieden:

- **Standardaufguss**
Klassischer Aufguss mit in der Regel zwei bis drei Runden unter Verwendung von Wasser und optionalen Duftstoffen.

- **Eisaufguss**
Aufguss unter Verwendung von Aufgusseis, gegebenenfalls mit Duftstoffen versetzt.
- **Zeremonieller Aufguss**
Strukturierter Aufguss mit thematischer Rahmung, definierter Abfolge, gezielter Gästekommunikation und bewusst eingesetzten Wedeltechniken.
- **Spezialaufguss**
Aufguss mit ergänzenden Elementen wie z. B. Honig, Peelings, Kräutern oder Klang, sofern diese im Rahmen der Richtlinie zulässig sind.

4.3 Aufgussmittel

Aufgussmittel sind alle beim Aufguss verwendeten Stoffe und Flüssigkeiten, insbesondere:

- **Aufgusswasser:** naturbelassenes Wasser oder mit Duftstoffen versetztes Wasser,
- **Aufgusseis:** gefrorenes Wasser mit oder ohne Aromazusätze,
- **Duftstoffe:** ätherische Öle, Konzentrate oder Emulsionen zur olfaktorischen Gestaltung.

Es dürfen ausschliesslich Produkte verwendet werden, für die ein **vollständiges Sicherheitsdatenblatt (SDB)** vorliegt.

Aufgussmittel sind sachgerecht zu lagern, zu kennzeichnen und gemäss geltendem Chemikalienrecht zu handhaben.

4.4 Aufgusspersonal

Als **Aufgusspersonal** gelten alle Personen, die im Auftrag oder mit Zustimmung des Betreibers manuelle Saunaaufgüsse durchführen.

Es wird unterschieden zwischen:

- **Saunameister:innen:** qualifizierte Fachpersonen mit nachgewiesener Ausbildung gemäss dieser Richtlinie,
- **aufgussdurchführenden Fachkräften:** betrieblich eingesetzte Personen mit dokumentierter Schulung und Einweisung.

Alle Aufgusspersonen müssen:

- fachlich geschult,
- gesundheitlich geeignet und
- in den betrieblichen Abläufen eingewiesen sein.

4.5 Saunagast

Ein **Saunagast** ist jede Person, die sich rechtmässig in der Saunakabine aufhält und am Aufguss teilnimmt, ohne aktiv in den Aufgussprozess einzugreifen.

Saunagäste gelten als schutzbedürftige Personen im Sinne des Gesundheits- und Verkehrssicherungsschutzes.

4.6 Saunaanlage

Eine **Saunaanlage** ist die Gesamtheit aller funktional zusammenhängenden Räume und Einrichtungen, die dem Saunabetrieb dienen, insbesondere:

- Saunakabinen,
 - Ruhe- und Aufenthaltsbereiche,
 - Dusch- und Abkühlzonen,
 - Vorzonen, Technik- und Nebenräume,
 - ggf. Personal- und Schleusenbereiche.
-

4.7 Saunaraum / Saunakabine

Der **Saunaraum (Saunakabine)** ist ein baulich abgegrenzter, wärmeisolierter Raum mit Heizsystem und geeigneter Belüftung, der für den Aufenthalt von Personen bei Temperaturen zwischen ca. 70 °C und 100 °C vorgesehen ist.

Ein Aufguss im Sinne dieser Richtlinie darf **ausschliesslich** in einem dafür vorgesehenen Saunaraum durchgeführt werden.

4.8 Duftstoff

Ein **Duftstoff** ist ein chemisches Produkt natürlichen oder synthetischen Ursprungs, das zur olfaktorischen Gestaltung des Saunaaufgusses eingesetzt wird.

Duftstoffe unterliegen den Vorschriften des **Chemikaliengesetzes (ChemG)** und sind entsprechend zu kennzeichnen, zu lagern und anzuwenden.

4.9 Wedeltechnik

Als **Wedeltechnik** gilt jede gezielte manuelle oder unterstützte Bewegung der Luft zur kontrollierten Verteilung des heissen Dampfes in der Saunakabine.

Gängige Wedeltechniken sind unter anderem:

- Tuchwedelung (Handtuch, Fahne),
- Fächertechnik,
- Kreisel- und Schaufelbewegungen.

Wedeltechniken müssen stets:

- sicher,

- raumangepasst und
 - rücksichtsvoll gegenüber den Gästen ausgeführt werden.
-

4.10 Verkehrssicherungspflicht

Die **Verkehrssicherungspflicht** bezeichnet die Pflicht des Betreibers sowie des Aufgusspersonals, durch geeignete Massnahmen sicherzustellen, dass keine vermeidbaren Gefahren für Gäste oder Mitarbeitende entstehen.

Sie umfasst insbesondere:

- bauliche und technische Sicherungsmassnahmen,
 - betriebliche Anweisungen und Abläufe,
 - persönliche Aufsicht während des Aufgusses.
-

4.11 Qualifikation

Qualifikation bezeichnet die nachgewiesene fachliche Eignung zur Durchführung von Saunaaufgüssen.

Eine Qualifikation im Sinne dieser Richtlinie umfasst:

- absolvierte Schulungen bei anerkannten Bildungsträgern oder betrieblich gleichwertige Nachweise,
 - dokumentierte Einweisungen,
 - Kenntnisse in Hygiene, Sicherheit, Stoffkunde und Erster Hilfe.
-

5 Allgemeine Anforderungen für die Durchführung von Saunaaufgüssen

5.1 Grundprinzipien

Ein manueller Saunaaufguss ist eine **gezielte thermische Intensivierung der Saunaphase** und stellt erhöhte Anforderungen an Fachlichkeit, Sicherheit und Verantwortung.

Jeder Aufguss muss:

- **gesundheitsfördernd** sein und darf Gäste nicht überfordern,
- **sicher** durchgeführt werden und frei von vermeidbaren Gefahren sein,
- **fachlich korrekt** erfolgen und auf geschultem Handeln beruhen,
- **planbar und nachvollziehbar** organisiert sein.

Der Aufguss ist kein Selbstzweck, sondern Teil eines ganzheitlichen Saunabetriebs mit Fokus auf Wohlbefinden, Prävention und Sicherheit.

5.2 Voraussetzungen in der Saunakabine

5.2.1 Temperatur und Raumklima

Für die Durchführung von Aufgüssen müssen geeignete klimatische Bedingungen vorliegen:

- empfohlene Kabinentemperatur: **85–100 °C**,
- relative Luftfeuchtigkeit vor Aufgussbeginn: **ca. 5–15 %**,
- funktionierende Zu- und Abluftsysteme müssen gewährleistet sein.

Ein Aufguss darf **nicht durchgeführt werden**, wenn:

- technische Störungen vorliegen,
- Mess- oder Sicherheitseinrichtungen ausser Betrieb sind,
- eine ausreichende Belüftung nicht sichergestellt ist.

5.2.2 Saunaofen und Ofenbereich

Der Saunaofen muss:

- betriebssicher, gewartet und für den öffentlichen Betrieb zugelassen sein,
- gegen unbeabsichtigte Berührung gesichert sein,
- mit stabil gelagerten, sauberen Ofensteinen bestückt sein.

Der Ofenbereich ist:

- frei von brennbaren Materialien zu halten,
- nicht als Ablagefläche zu nutzen.

5.2.3 Bankanordnung und Verkehrswege

In der Saunakabine muss:

- mindestens ein **freier, rutschfester Bewegungsweg** für das Aufgusspersonal vorhanden sein,
- die Sicht auf Gäste möglich bleiben,
- ein gefahrloses Verlassen der Kabine jederzeit gewährleistet sein.

Materialien oder Requisiten dürfen Verkehrswege **nicht blockieren**.

5.3 Information der Gäste

Vor jedem Aufguss ist eine **persönliche Gästeinformation** durchzuführen.

Sie muss ruhig, verständlich und sachlich erfolgen.

Mindestens zu kommunizieren sind:

- **Art des Aufgusses**,

- ungefähre Dauer bzw. Anzahl der Runden,
- verwendete Duftstoffe (inkl. Hinweis auf mögliche Unverträglichkeiten),
- Freiwilligkeit der Teilnahme und Möglichkeit zum jederzeitigen Verlassen der Kabine.

Hinweistafeln oder digitale Anzeigen ersetzen die persönliche Information **nicht**.

5.4 Technischer Ablauf des Aufgusses

5.4.1 Aufgussmittel

Es dürfen ausschliesslich:

- zugelassene Aufgussmittel mit Sicherheitsdatenblatt (SDB)
- sachgerecht verdünnte Duftstoffe

verwendet werden.

Unzulässig sind insbesondere:

- unverdünnte ätherische Öle direkt auf heisse Steine,
 - ölhaltige oder hochalkoholische Flüssigkeiten ohne betriebliche Freigabe,
 - Stoffe unbekannter Herkunft.
-

5.4.2 Giesstechnik

Die Flüssigkeit ist:

- gleichmässig über die Ofensteine zu verteilen,
- nicht direkt auf Heizstäbe oder Sensoren zu giessen.

Richtwert:

- **ca. 30–60 ml Wasser pro m³ Kabinenvolumen** je Runde.

Zwischen den Runden sind kurze Pausen einzuhalten, um eine Überlastung der Gäste zu vermeiden.

5.4.3 Luftverteilung (Wedeln)

Die Luftverteilung erfolgt mittels geeigneter Wedeltechniken gemäss Kapitel 4.9.

Dabei gilt:

- keine direkte Wedelung ins Gesicht von Gästen,
- keine ruckartigen oder aggressiven Bewegungen,
- Anpassung der Technik an Kabinengrösse und Gästeverteilung.

5.5 Hygieneanforderungen

Während und nach dem Aufguss sind folgende Hygienestandards einzuhalten:

- Aufgussmittel in sauberen, beschrifteten Behältern,
- Wedeltücher, Fächer und Requisiten nach Gebrauch reinigen oder wechseln,
- sauberes, gepflegtes Erscheinungsbild des Personals.

Ein Aufguss darf **nicht durchgeführt werden**, wenn:

- das Personal an ansteckenden Erkrankungen leidet,
- offene Wunden oder infektiöse Hautveränderungen vorliegen,
- Alkohol- oder Medikamenteneinfluss besteht.

5.6 Abbruchkriterien

Ein Aufguss ist **unverzüglich abubrechen**, wenn:

- ein Gast kollabiert oder akute Beschwerden äussert,
- Feuer, Rauch oder technische Störungen auftreten,
- das Aufgusspersonal selbst gesundheitlich beeinträchtigt ist,
- sicherheitsrelevante Vorgaben nicht mehr eingehalten werden können.

Ein Abbruch ist intern zu dokumentieren und bei Bedarf an die zuständigen Stellen zu melden.

6 Personaleinsatz

6.1 Grundsatz

Die Durchführung manueller Saunaaufgüsse ist eine **fachlich anspruchsvolle und gesundheitlich belastende Tätigkeit**. Sie darf ausschliesslich durch geeignetes, geschultes und gesundheitlich belastbares Personal erfolgen.

Die Verantwortung für Auswahl, Einsatz und Überwachung des Aufgusspersonals liegt beim **Betreiber der Saunaanlage** oder bei der von ihm beauftragten fachlich verantwortlichen Stelle.

6.2 Fachliche Qualifikation des Aufgusspersonals

6.2.1 Mindestanforderungen

Aufgusspersonal muss mindestens:

- das **18. Lebensjahr** vollendet haben,
- mit den betrieblichen Abläufen, Risiken und eingesetzten Stoffen vertraut sein,
- über eine **gültige BLS-AED-Ausbildung** verfügen (nicht älter als 24 Monate),

- in die Inhalte dieser Richtlinie eingeführt worden sein.

Die Durchführung von Aufgüssen darf nur durch Personen erfolgen, die:

- fachlich geschult,
- betrieblich eingewiesen sowie
- physisch und psychisch belastbar sind.

6.2.2 Fachlich verantwortliche Person

In jedem Betrieb ist mindestens **eine fachlich verantwortliche Person** zu benennen.

Sie ist zuständig für:

- Auswahl und Schulung des Aufgusspersonals,
- Organisation der Einweisungen,
- fachliche Aufsicht und Qualitätssicherung,
- Ansprechstelle bei Rückfragen, Abweichungen oder Ereignissen.

Diese Rolle kann organisatorisch auf mehrere Personen verteilt sein, muss jedoch **klar geregelt und dokumentiert** sein.

Die fachlich verantwortliche Person muss über eine **nachweisbare anerkannte Qualifikation** verfügen, insbesondere:

- Abschluss einer Saunameister:innen- oder gleichwertigen Ausbildung mit **mindestens 50 Unterrichtsstunden Theorie**,
- Inhalte u. a.:
 - Thermophysiologie und Kreislaufbelastung
 - Wirkung von Hitze und Luftfeuchtigkeit
 - Aufgussarten und Abläufe
 - Hygiene, Sicherheit, Notfallverhalten
 - Duftstoffe und sachgemässe Anwendung
 - rechtliche Grundlagen (Arbeits-, Chemikalien-, Hygienerecht)
- Abschluss mit Prüfung und Zertifikat oder Diplom.

Als fachlich geeignet gelten zudem Personen mit medizinisch-therapeutischem oder sportwissenschaftlichem Hintergrund, sofern eine **zusätzliche aufgusspezifische Basisschulung (mind. 12 Stunden)** nachgewiesen wird.

6.3 Fachliche Verantwortung und Aufsicht

Die Durchführung von Aufgüssen erfolgt stets unter der fachlichen Verantwortung einer qualifizierten Person gemäss Ziffer 6.2.2.

Eine permanente Anwesenheit dieser Person während jedes Aufgusses ist nicht erforderlich, sofern:

- andere eingewiesene Mitarbeitende anwesend sind und
- diese befugt sind, bei Bedarf sicherheitsrelevante Massnahmen anzuordnen.

6.4 Schulung und Unterweisung

Vor erstmaligem Einsatz ist jede aufgussdurchführende Person fachlich zu schulen oder zu unterweisen. Dies erfolgt durch:

- Teilnahme an einer anerkannten Schulung oder
- betriebsinterne Unterweisung durch eine fachlich verantwortliche Person.

Alle Schulungen und Unterweisungen sind **schriftlich zu dokumentieren**.

Die Dokumentation umfasst:

- Name der unterwiesenen Person,
- Datum und Umfang,
- Name und Qualifikation der unterweisenden Person,
- Unterschriften.

Die Unterlagen sind **mindestens fünf Jahre** aufzubewahren.

6.5 Betriebliche Einweisung

Zusätzlich zur Grundqualifikation ist vor dem ersten Einsatz eine **betriebsbezogene Einweisung** erforderlich. Diese umfasst insbesondere:

- Anlagenrundgang,
- Einweisung in Ofen-, Lüftungs- und Sicherheitstechnik,
- Wegführung und Bankstruktur im Saunaraum,
- Melde- und Notfallwege.

Die Einweisung ist zu dokumentieren und zu bestätigen.

6.6 Gesundheitliche Eignung

6.6.1 Voraussetzungen

Aufgusspersonal muss gesundheitlich in der Lage sein, die thermische Belastung und die Arbeit mit Gruppen zu bewältigen. Erforderlich sind insbesondere:

- stabiles Herz-Kreislauf-System,
- ausreichende körperliche Belastbarkeit,

- gute Aufmerksamkeit und Reaktionsfähigkeit.
-

6.6.2 Ausschlussgründe

Ein Einsatz ist nicht zulässig bei:

- akuten Infekten oder Fieber,
 - Alkohol- oder Rauschmitteleinfluss,
 - bekannten schweren Allergien gegen eingesetzte Duftstoffe,
 - akuten psychischen Belastungssituationen.
-

6.7 Persönliche Eignung und Verhalten

Aufgusspersonal repräsentiert den Betrieb und hat eine **Vorbild- und Vertrauensfunktion**.

Es wird erwartet:

- ruhiges, respektvolles und neutrales Auftreten,
 - keine Beeinflussung oder Bewertung von Gästen,
 - keine erotisierende Sprache, Gestik oder Inszenierung,
 - Wahrung der Privatsphäre und Distanz der Gäste.
-

6.8 Dokumentation

Der Einsatz des Aufgusspersonals ist intern zu dokumentieren, insbesondere:

- Qualifikations- und Schulungsnachweise,
- Einweisungsprotokolle,
- Fort- und Weiterbildungen.

Die Unterlagen sind bei internen oder externen Kontrollen vorweisbar zu halten.

6.9 Einsatzplanung und Regeneration des Aufgusspersonals

6.9.1 Dienstplanung und Einsatzzeiten

Die Durchführung von Aufgüssen ist verbindlich in der Einsatz- und Dienstplanung zu berücksichtigen. Einzuplanen sind:

- Vorbereitung und Rüstzeit (15 Minuten),
- Durchführung des Aufgusses,
- Nachbereitung und Dokumentation,
- Regenerationsphase inkl. Entwärmung, Körperpflege und Kleiderwechsel.

6.9.2 Belastungsgrenze

Grundsätzlich soll eine Fachperson **nicht mehr als einen vollwertigen Aufguss pro Arbeitsstunde** durchführen.

Kürzere Aufgüsse unter sechs Minuten sind nur zulässig, wenn dies im Rahmen einer **betrieblichen Belastungs- bzw. Gefährdungsbeurteilung** ausdrücklich geregelt ist.

6.9.3 Entwärmung und Regeneration

Nach jedem Aufguss ist eine Phase zur Normalisierung der Körpertemperatur vorzusehen, z. B.:

- Aufenthalt an frischer Luft,
 - kalte Güsse oder Fussbäder,
 - leichte Bewegung in temperierten Bereichen.
-

6.9.4 Tätigkeiten während der Regeneration

In den **ersten 15 Minuten nach Beendigung eines Aufgusses** sollen die Tätigkeiten auf:

- Gästeaufsicht oder
- leichte, nicht körperlich belastende Tätigkeiten

beschränkt werden.

Reinigungsarbeiten sind in dieser Phase nicht obligatorisch und sollen – sofern möglich – zeitlich versetzt oder durch andere Mitarbeitende erfolgen.

6.9.5 Flüssigkeitsausgleich

Der Ausgleich des Flüssigkeitsverlustes ist sicherzustellen. Geeignete Getränke (z. B. Wasser, ungesüsste Tees) sind bereitzustellen.

6.9.6 Einordnung der Tätigkeit

Ein gemäss dieser Richtlinie durchgeführter Aufguss gilt nicht automatisch als „Hitzearbeit“ im arbeitsrechtlichen Sinn. Eine betriebliche Gefährdungsbeurteilung bleibt vorbehalten.

7 Durchführung des Saunaaufgusses

7.1 Grundsätze

Der Saunaaufguss ist ein **strukturierter, zeitlich begrenzter Prozess**, der nach einem einheitlichen Ablauf erfolgt. Ziel ist ein sicheres, kontrolliertes und qualitativ hochwertiges Saunaerlebnis für die Gäste.

Der Aufguss gliedert sich in folgende Phasen:

- Vorbereitung,

- Gästeinformation,
- Durchführung der Aufgussrunden,
- Abschluss und Entlüftung.

Während des gesamten Ablaufs ist auf die **körperliche Verfassung der Gäste**, das **Raumklima** sowie auf **sicherheitsrelevante Aspekte** zu achten.

7.2 Vorbereitung

7.2.1 Technische und organisatorische Kontrolle

Vor Beginn eines Aufgusses ist sicherzustellen, dass:

- der Saunaofen ordnungsgemäss in Betrieb ist,
- Lüftung, Beleuchtung und Notrufsysteme funktionieren,
- die Kabine frei von Stolper- oder Rutschgefahren ist,
- alle benötigten Aufgussmittel bereitstehen und korrekt beschriftet sind.

Ein Aufguss darf **nicht begonnen werden**, wenn sicherheitsrelevante Mängel festgestellt werden.

7.2.2 Zugang und Belegung

Die maximale Belegung der Saunakabine darf nicht überschritten werden. Massgebend sind:

- verfügbare Sitz- und Liegeflächen,
- Flucht- und Bewegungswege,
- Sicht- und Handlungsfreiheit für das Aufgusspersonal.

Bei Erreichen der Kapazitätsgrenze ist der Zugang zu steuern oder zu schliessen.

7.3 Gästeinformation

Unmittelbar vor Beginn des Aufgusses erfolgt eine **mündliche Information der anwesenden Gäste**. Diese ist ruhig, sachlich und wertschätzend durchzuführen.

Mindestens zu informieren sind:

- Art und Charakter des Aufgusses,
- verwendete Duftstoffe (inkl. Hinweis auf mögliche Unverträglichkeiten),
- Anzahl der Runden und ungefähre Dauer,
- Freiwilligkeit der Teilnahme sowie die Möglichkeit, den Aufguss jederzeit zu verlassen.

Die Gästeinformation dient der Orientierung und Sicherheit und ist fester Bestandteil des Aufgussablaufs.

7.4 Durchführung des Aufgusses

7.4.1 Applikation der Aufgussmittel

Die Aufgussmittel sind kontrolliert und gleichmässig auf die Ofensteine aufzubringen.

Dabei gilt:

- ausschliesslich Guss auf die Steine, nicht auf Heizstäbe oder Sensoren,
- gleichmässige Verteilung über die Steinfläche,
- keine abrupten oder schockartigen Güsse.

Die eingesetzte Flüssigkeitsmenge ist an Raumgrösse, Temperatur und Gästedichte anzupassen.

7.4.2 Einsatz von Duftstoffen

Duftstoffe sind:

- gemäss Herstellerangaben zu dosieren,
- vorgängig zu verdünnen,
- einzeln oder in geprüften Kombinationen einzusetzen.

Unzulässig sind:

- direkte Zugabe von unverdünnten Ölen auf heisse Steine,
 - spontane Mischungen ohne Rezeptur,
 - Duftstoffe ohne Sicherheitsdatenblatt.
-

7.4.3 Luftverteilung (Wedeln)

Nach der Applikation der Aufgussmittel erfolgt die gezielte Luftverteilung mittels geeigneter Wedeltechniken.

Dabei ist sicherzustellen:

- keine direkte Wedelung ins Gesicht von Gästen,
- gleichmässige Wärmeverteilung im Raum,
- Anpassung der Intensität an die Gästesituation.

Zwischen den einzelnen Runden sind **kurze Erholungsphasen** einzuhalten.

7.5 Menge des Aufgusswassers

7.5.1 Grundsatz

Die beim Saunaaufguss eingesetzte Wassermenge hat einen **wesentlichen Einfluss auf die thermische Belastung** der Saunagäste sowie des Aufgusspersonals.

Sie ist so zu bemessen, dass eine **kontrollierte, gleichmässige und gesundheitsverträgliche Dampfbildung** entsteht.

Die Aufgusswassermenge darf weder zu einer schlagartigen Hitzebelastung noch zu einer Überforderung einzelner Gäste führen.

7.5.2 Einflussfaktoren und Richtwerte

Die erforderliche Aufgusswassermenge hängt von mehreren Faktoren ab. Massgeblich sind insbesondere:

- der **Rauminhalt** des Saunaraums,
- die **Temperatur des Schwitzraums**,
- die **Grösse und Leistung des Saunaofens**,
- die **Menge, Art und Beschaffenheit der Ofensteine**,
- die **Art des Aufgusses**,
- die **Höhe und Bauform der Decke** des Saunaraums.

Für **klassische Aufgüsse** kann die Aufgusswassermenge gemäss Untersuchungen **bis zu 60 g Wasser pro Kubikmeter Rauminhalt** betragen.

Für eine Aufgusswassermenge von **bis zu 30 g Wasser pro Kubikmeter Rauminhalt** liegen **langjährige praktische Erfahrungen** vor, welche diese Menge als bewährt und gesundheitlich verträglich ausweisen.

7.5.3 Erhöhte Wassermengen über 30 g/m³

Für eine **gesundheitsorientierte Durchführung von Aufgüssen mit einer Aufgusswassermenge von mehr als 30 g pro Kubikmeter Rauminhalt** werden **betriebsinterne Tests im jeweiligen Saunaraum vor Ort** empfohlen.

Die dabei gewonnenen Erkenntnisse sind:

- zu dokumentieren und
- in **betriebliche Dienst- oder Arbeitsanweisungen** zu integrieren.

Die angegebenen Richtwerte zur Aufgusswassermenge beziehen sich auf eine **Raumtemperatur von 90 °C am Messpunkt** gemäss den Vorgaben zur Temperaturmessung im Saunaraum.

7.5.4 Verantwortung und Anpassung

Die konkrete Dosierung der Aufgusswassermenge liegt in der **fachlichen Verantwortung des aufgussdurchführenden Personals**.

Dabei sind jederzeit zu berücksichtigen:

- die Reaktion der Saunagäste,

- die aktuelle Dampf- und Hitzebelastung,
- die betrieblichen Vorgaben.

Bei Anzeichen von Überforderung oder Unwohlsein ist die Wassermenge **unverzüglich zu reduzieren** oder der Aufguss abzubrechen.

7.5.5 Abgrenzung zu Sonder- und Wettbewerbsformaten

Die Regelungen dieses Kapitels gelten ausschliesslich für den **regulären Aufgussbetrieb** in öffentlichen Saunaanlagen.

Für Aufgusswettbewerbe, Showaufgüsse oder Sonderformate gelten **separate Reglemente**, welche organisatorisch und inhaltlich klar vom Regelbetrieb abzugrenzen sind.

7.6 Verhalten während des Aufgusses

Während des gesamten Aufgusses hat das Aufgusspersonal:

- das Raumklima und die Gäste kontinuierlich zu beobachten,
- auf Anzeichen von Überforderung oder Unwohlsein zu achten,
- jederzeit eingriffs- und entscheidungsfähig zu bleiben.

Nicht zulässig sind:

- Ablenkungen durch Mobiltelefone oder andere Geräte,
- unnötige Gespräche oder Kommentare,
- Show-, Unterhaltungs- oder Inszenierungselemente.

Der Fokus liegt stets auf **Sicherheit, Ruhe und Professionalität**.

7.7 Abschluss und Entlüftung

Nach der letzten Aufgussrunde erfolgt ein **klar erkennbarer Abschluss**. Dieser kann eine kurze Verabschiedung oder einen Dank an die Gäste umfassen.

Anschliessend sind:

- die Saunatüre zu öffnen,
- die Kabine ausreichend zu entlüften,
- der Raum auf Verschmutzungen, liegengebliebene Gegenstände oder technische Auffälligkeiten zu kontrollieren.

Vor einem weiteren Aufguss ist sicherzustellen, dass die Kabine wieder betriebsbereit ist.

7.8 Kleidung des Aufgusspersonals

7.8.1 Oberkörperbekleidung

Das Aufgusspersonal soll den Saunaaufguss **bekleidet durchführen**.

Der Schweizer Sauna Bund **empfiehlt ausdrücklich**, während der Aufgussdurchführung eine **geeignete Oberkörperbekleidung** zu tragen.

Die Empfehlung dient:

- dem **Gesundheitsschutz** des Aufgusspersonals,
- der **Reduktion einer übermässigen thermischen Belastung**,
- der **Hygiene** im Gästebereich sowie
- einem **professionellen und einheitlichen Erscheinungsbild** gegenüber den Saunagästen.

Als geeignet gelten insbesondere:

- **leichte, atmungsaktive Oberkörperbekleidung** (z. B. T-Shirt),
- Materialien, die **feuchtigkeitsdurchlässig**, hautverträglich und hitzegeeignet sind,
- eine **einheitliche Betriebskleidung**, sofern diese vom Betreiber vorgesehen ist.

Es ist zu berücksichtigen, dass stark synthetische, enganliegende oder wärmespeichernde Textilien die thermische Belastung erhöhen können und daher **nicht empfohlen** sind.

Die konkrete Ausgestaltung der Kleidung kann betrieblich geregelt werden. Abweichungen von dieser Empfehlung sind zulässig, sofern:

- Sicherheit, Hygiene und Professionalität gewährleistet bleiben und
- keine erhöhte gesundheitliche Belastung für das Aufgusspersonal entsteht.

Kostüme, thematische Verkleidungen oder inszenierende Bekleidungs-elemente sind im regulären Aufgussbetrieb **nicht vorgesehen**. Für Wettbewerbe gelten separate Reglemente.

7.8.2 Unterkörperbekleidung und Fussbekleidung

Der Schweizer Sauna Bund **empfiehlt**, ergänzend zur Oberkörperbekleidung:

- eine **kurze, bewegungsfreundliche Unterkörperbekleidung** (z. B. kurze Sporthose, Pestemal oder Kilt) sowie
- **rutschfeste Badeschuhe mit Fersenriemen** zu tragen.

Diese Empfehlung dient der **Sturzprävention**, der sicheren Bewegung im Saunaraum sowie dem Schutz vor Ausrutsch- und Stolpergefahren.

7.9 Dokumentation

Der Aufguss ist betriebsintern zu dokumentieren, mindestens mit:

- Datum und Uhrzeit,

- Art des Aufgusses,
- Name der verantwortlichen aufgussdurchführenden Person.

Besondere Vorkommnisse (z. B. Abbruch, gesundheitliche Zwischenfälle) sind zusätzlich zu vermerken und gemäss betrieblichen Vorgaben weiterzuleiten.

8 Verkehrssicherungspflicht

8.1 Grundsatz

Die Verkehrssicherungspflicht verpflichtet Betreiber:innen öffentlicher Saunaanlagen sowie deren Beauftragte, **alle zumutbaren Massnahmen zu treffen**, um Gefährdungen von Gästen und Mitarbeitenden im Zusammenhang mit manuellen Saunaaufgüssen zu vermeiden.

Diese Pflicht gilt:

- **präventiv** (durch Planung, Organisation und Schulung) sowie
- **reaktiv** (durch angemessenes Handeln bei Ereignissen oder Abweichungen).

Die Verkehrssicherungspflicht ist integraler Bestandteil des betrieblichen Risiko- und Qualitätsmanagements.

8.2 Verantwortlichkeit

Die **Hauptverantwortung** für die Einhaltung der Verkehrssicherungspflicht liegt bei der betreibenden Organisation der Saunaaanlage.

Aufgaben und Pflichten können organisatorisch delegiert werden, insbesondere an:

- Betriebs- oder Bereichsleitungen,
- Sicherheitsverantwortliche,
- fachlich verantwortliche Personen gemäss Kapitel 6.

Die **Gesamtverantwortung verbleibt stets beim Betreiber**.

8.3 Typische Gefahrenquellen bei Saunaaufgüssen

Im Zusammenhang mit manuellen Saunaaufgüssen bestehen insbesondere folgende Gefährdungspotenziale:

- **Heisswasser und Wasserdampf**
→ Risiko von Verbrühungen oder Schreckreaktionen
- **Hohe Temperaturen und Hitzebelastung**
→ Risiko von Kreislaufproblemen oder Bewusstseinsstörungen
- **Feuchtigkeit auf Böden und Bänken**
→ Rutsch- und Sturzgefahr

- **Duftstoffe und Aufgussmittel**
→ Atemwegsreizungen, allergische Reaktionen
- **Technische Einrichtungen**
→ Brandgefahr, Stromausfall, Fehlfunktionen von Ofen oder Lüftung

Diese Risiken sind systematisch zu erfassen und durch geeignete Massnahmen zu minimieren.

8.4 Massnahmen zur Gefahrenvermeidung

Zur Erfüllung der Verkehrssicherungspflicht sind insbesondere folgende Massnahmen umzusetzen:

- fachgerechte Auswahl, Schulung und Einsatz des Aufgusspersonals,
- Einhaltung der Vorgaben dieser Richtlinie bei Planung und Durchführung von Aufgüssen,
- regelmässige Kontrolle von Saunaofen, Lüftung, Beleuchtung und Sicherheitseinrichtungen,
- sichere Lagerung und sachgemässer Umgang mit Aufgussmitteln und Duftstoffen,
- klare Gästeinformation und jederzeitige Möglichkeit zum Verlassen der Kabine,
- unverzügliches Eingreifen bei erkennbaren Gefährdungen.

8.5 Verhalten bei Ereignissen

Bei Zwischenfällen, Notfällen oder sicherheitsrelevanten Abweichungen ist:

- der Aufguss unverzüglich abubrechen,
- die betroffene Person zu betreuen und ggf. medizinische Hilfe beizuziehen,
- der Vorfall intern zu dokumentieren.

Je nach Art des Ereignisses sind weitere Schritte gemäss internen Vorgaben oder gesetzlichen Meldepflichten einzuleiten.

8.6 Dokumentation und Nachvollziehbarkeit

Zur Absicherung der Verkehrssicherungspflicht sind folgende Unterlagen betrieblich vorzuhalten:

- Schulungs- und Qualifikationsnachweise des Personals,
- Wartungs- und Kontrollnachweise technischer Anlagen,
- Protokolle über besondere Vorkommnisse oder Abbrüche.

Die Dokumentation dient der **internen Qualitätssicherung** sowie als **Nachweis gegenüber Aufsichts- und Vollzugsbehörden**.

9. Schlussbestimmungen

Diese Richtlinie wurde vom Schweizer Sauna Bund (SSB), Fachbereich Aus- und Weiterbildung, unter Einbezug bestehender europäischer Standards (u. a. DGfDB R 26.30.04) erarbeitet und an die schweizerischen Gegebenheiten angepasst.

Für Mitgliedsanlagen des Schweizer Sauna Bunds stellt diese Richtlinie einen massgeblichen fachlichen Referenzstandard für die Durchführung manueller Saunaaufgüsse dar.

Für Nichtmitglieder dient sie als Leitfaden im Sinne des anerkannten Stands der guten Praxis.

Inkrafttreten: Diese Richtlinie tritt am 1. Februar 2026 in Kraft.

Verbindliche Version: Die deutschsprachige Fassung gilt als Originalfassung.

Kontakt: Schweizer Sauna Bund (SSB) – Fachbereich Aus- und Weiterbildung
www.saunabund.ch | kontakt@saunabund.ch

© 2026 Schweizer Sauna Bund – Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Vervielfältigung oder digitale Weitergabe nur mit schriftlicher Genehmigung zulässig.