



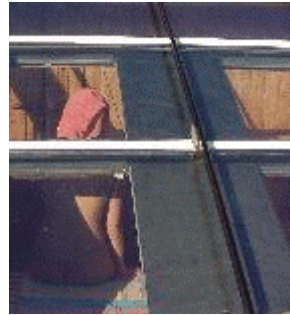
# SOLAUNA

a sauna solar

© Bio Piscinas, Lda  
Claudia Schwarzer,  
Arqt<sup>a</sup> paisagista  
Apartado 1020  
8671-909 Aljezur  
Tel. 282 97 33 63  
Fax 282 97 33 65  
pb@biopiscinas.pt  
www.biopiscinas.pt

# SOLAUNA - calor natural para a saúde

Portugal é um país do sol e do calor. O sol brilha quase tudo o ano (anualmente mais do que 300 dias de sol!), mas no Inverno há muitos dias frescos com temperaturas bem abaixo do 20 °C, mas com um seu limpo! Estes são os dias da SOLAUNA, a primeira sauna solar concebido em Portugal!



O conceito já foi desenvolvido neste país desde os meados dos anos noventa. Após de vários protótipos a produção em série começou.

## Como funciona

O princípio da SOLAUNA é simples: isolamento e efeito



de estufa desta casa em madeira produzem temperaturas máximas até 90 °C (nos meses de Outubro e Março após de cerca de 6 horas de sol com céu limpo no Algarve). E tudo isto sem produzir dióxido de carbono porque a SOLAUNA é aquecida exclusivamente através de energia solar! O calor está disponível - sem mais qualquer adição de energia - até ao pôr de sol.

## Quanto espaço é preciso?

Numa área de nove metros quadrados encontra-se a bem isolada construção de madeira. O interior dá espaço para quatro camas de descanso. A fachada Sul inclinada tem vidro duplo. Por detrás são fixados lajes de pedras especiais quais são aquecidas pelo Sol e remetem lentamente o calor acumulado pela espaço.

# SOLAUNA - a sauna amiga do ambiente

## O banho de sauna

Na maior parte do ano a SOLAUNA oferece temperaturas da chamada Bio-Sauna, o que significa temperaturas entre 55-65

°C e uma humidade de ar entre 30-50%. Em especial na Primavera e no Outono a Sauna solar atinge temperaturas entre 80-90 °C devido o



ângulo vantajoso do Sol e os dias maiores.

A modalidade Bio-Sauna é um banho de ar quente de temperaturas baixas para um período

mais prolongado (c. de 45 minutos). O banho de sauna finlandesa é de 9 até 12 Minutos com 90° C. A Bio-Sauna tem a vantagem de que



se pode adaptar com facilidade às temperaturas elevadas e não há um choque para a circulação de sangue como acontece a entrar numa sauna finlandesa. Mas o banho de sauna gere o mesmo resultado; o corpo começa a soar mais devagarinho mas tão profundo como num banho de sauna finlandês.



## Combinação

Nada melhor do que combinar a SOLAUNA com uma piscina biológica! Isto é aproveitar bem das horas de sol do Outono, Inverno e

Primavera enquanto as temperaturas ainda estão baixas. Mas após da visita à SOLAUNA apetece dar um mergulho na piscinas biológica.

