

PRESSEINFORMATION

Google-Ranking zum „Tag der Sauna“: In diesen europäischen Ländern wird am liebsten geschwitzt



Fit Reisen verrät, wo in Europa und Deutschland die größten Saunaliebhaber zu finden sind.
©fitreisen.de

Frankfurt, 21. September 2021. Einfach mal abschalten und so richtig schön den Alltagsstress rausschwitzen: Der Saunagang hat in Europa eine lange Tradition, die bis ins 5. Jahrhundert zurückreicht. Deutschland ist mit rund 30,6 Millionen Saunafans sogar Sauna-Weltmeister – ein guter Grund für den Deutschen Sauna-Bund e.V., den 24. September als offiziellen „Tag der Sauna“ auszurufen, der dieses Jahr wieder in mehr als 150 Bäder-,

Thermen- oder Hotelbetrieben mit Aktionen rund um Wohlbefinden und Gesundheit zelebriert wird.

Anlässlich des „Tages der Sauna“ hat der führende Wellness- und Gesundheitsreiseveranstalter Fit Reisen (www.fitreisen.de) untersucht, in welchen europäischen Ländern sowie deutschen Regionen die Saunaliebe wohl am größten ist. Dafür wurden sowohl für 47 europäische Nationen als auch für die hiesigen 16 Bundesländer das Google-Suchvolumen nach den drei gängigsten Sauna-Begriffen „Sauna“, „Banja“ und „Hamam“ in der landestypischen Bezeichnung abgefragt. Das Ranking zeigt jeweils die Ergebnisse nach monatlicher Inzidenz pro 100.000 Einwohner. Der erste Platz ist für die meisten sicherlich keine Überraschung...

Platz 1: Finnland ist Sauna-Europameister

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/CT2TpVkhCO

Es gibt kaum eine größere Liebe wie die zwischen den Finnen und ihrer Sauna. Rund 90 Prozent der finnischen Bevölkerung nehmen mindestens einmal pro Woche ein Schwitzbad, um sich körperlich und seelisch zu reinigen. Selbst wenige Monate alte Babys sammeln ihre ersten Saunaerfahrungen. Beim richtigen Saunabad gehören Birkenruten,

Makkara-Wurst und sogar Bier dazu. Das Wort „Sauna“ stammt sogar aus dem Finnischen und beschreibt eine Erd- oder Schneegrube, in der ursprünglich ein Feuer entfacht wurde, um dort zu schwitzen. Alles gute Gründe, warum die UNESCO 2020 die finnische Saunatraktion auf die Liste des Immateriellen Kulturerbes genommen hat und das nordeuropäische Land auch beim Sauna-Suchvolumenranking mit 509 Anfragen pro 100.000 Einwohnern die Hitlist anführt.

Platz 2: Niederlande

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/CE_rmHdHuqo

Auch die Niederländer lassen gerne ihre Seele beim heiß-feuchtem Relaxprogramm baumeln und landen mit einer monatlichen Suchvolumeninzidenz von 377 auf Rang zwei. So manche Wellnessoasen sind bei Deutschlands Nachbarn zu finden, die mit üppigen Saunalandschaften über die Grenze locken. Im Palestra in Braamt geht es beispielweise in der rund 6.000 Quadratmeter großen Wellnessoase auf eine erholsame Weltreise mit skandinavischen Saunahütten, marokkanischem Berberzelt oder arabischen Hamam-Behandlungen. Die Therme Berendonck in Wijchen lockt mit dem „Sauna Theater“ in eine der größten Aufguss-Saunen Europas. Im Eröffnungsjahr 2019 fand hier auch die Aufguss-Weltmeisterschaft mit 90 Teilnehmern aus 20 Ländern statt.

Platz 3: Schweden

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/CTwqmSVoYZ-

Die meisten Saunen in Schweden findet man in der Region Tornedalen, in der die finnische Minderheit des Landes ihr Zuhause hat. Nicht zuletzt deshalb ist die hiesige Saunakultur groß und schafft es im europaweiten Google-Suchvolumenvergleich auf Platz drei mit einer Sauna-Inzidenz von 203. Wer als Tourist eine schwedische Sauna aufsucht, sollte zunächst die landestypischen Benimmregeln beherzigen: Es wird sowohl nackt als auch mit einem Handtuch bedeckt geschwitzt, aber immer nach Geschlechtern getrennt. Zum guten Ton gehört beim Saunagang die Pflege sozialer Kontakte: Mit Freunden quatschen oder sogar Geschäfte abschließen ist völlig normal. Wer Platzangst hat oder eher die Privatsphäre pflegt, wird in der Schwedischen Saunavariante übrigens nicht glücklich: Bis zu 50 Personen finden sich beim traditionellen Schwitz-Get-together in einer sogenannten „Bastu“ oder auch „Badunna“ (zu Deutsch „Badestube“) ein, bei der der klassische Saunagang gleich mit einem heiß-kalten Wechselbad kombiniert wird.

Platz 4: Deutschland

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/COAzetjI7S4

Über 30 Millionen Deutsche zieht es laut Sauna-Bund regelmäßig in das Heißluftbad. Wenn es nach dieser Besucherzahl geht, ist das die aktuelle Weltspitze. Beim europaweiten Saunasuche-Vergleich landet die Bundesrepublik immerhin mit Platz vier (monatlich 185 Google-Suchanfragen pro 100.000 Einwohner) unter den Top Five. Die richtige Saunaetikette hat hierzulade einen hohen Stellenwert. Oberstes Gebot beim Platznehmen auf der Holzbank ist ein Handtuch als Unterlage, damit die Hygiene gewahrt bleibt und kein Tropfen Schweiß das Interieur berührt. Prüde sind die Deutschen beim Schwitzgang keineswegs: Nackt sein und gemischtes Geschlechter-Saunieren hat Tradition. Wer zu Hause keinen Privat-Spa hat, geht zum Aufguss in einen der vielen Fitness-, Bade- oder Wellnessstempel, die ihren Gästen immer neue Varianten des gesunden Wärmebads bieten. Im baden-württembergischen Sinsheim steht mit der 166,6 Quadratmeter großen „Koi-Sauna“ laut „Guinnessbuch der Rekorde“ sogar der weltweit größte Schwitzraum – mit Blick in ein gigantisches Fisch-Aquarium.

Platz 5: Österreich

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/CAw0PQJH-hV

Dicht gefolgt auf Platz fünf im europaweiten Sauna-Beliebtheitsranking landet Österreich mit einer durchschnittlichen monatlichen Inzidenz von 184 pro 100.000 Einwohner. Genauso wie bei den deutschen Nachbarn ist hier hüllenloses Schwitzen angesagt. Tabu sind Schweiß auf Holz sowie laute Unterhaltungen. Bei einer Temperatur von 80 Grad sauniert die Alpennation am liebsten, danach geht es zur Abkühlung gerne in einen Eisbach.

Platz 6: Belgien

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/Bxrlt7jHlpa

Wellness ist Belgiens zweiter Vorname. Der Heilbadort Spa mit seinen 300 Thermalquellen in der belgischen Provinz Lüttich ist Namensgeber für das international etablierte englische Wort „Spa“ als Synonym für „Wohlfühlort“. Von der Wallonischen Region bis hin zu den Ardennen und der belgischen Küste bieten überall Wellness-Thermen oder -Hotels wohltuende Auszeiten in liebevoll gestalteten Schwitzhütten. Übrigens gehört auch hier das hüllenlose Beisammensein zum traditionellen Saunagang dazu. Die belgische Volksliebe

zur Sauna zeigt sich durch eine monatliche Suchabfrage von 176 (pro 100.000 Einwohner) – das reicht für Platz sechs.

Platz 7: Schweiz

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/CR_GukvMUkv

Ob eine Erd- und Feuersauna in Rheinfelden, eine Bohrturmsauna in Bad Zurzach oder gar eine Felsensauna am Kraft Hügel Chastlatsch in Zuoz – auch die Schweiz hat in Punkto schwitziges Wellnessvergnügen ordentlich was zu bieten. Vielleicht sind es gerade die kalten Wintermonate, in denen man den Saunagang gerne zur Immunstärkung nutzt der Grund, warum es in der Alpenregion so vielfältige Schwitzstätten gibt. Dass auf jeden Fall großes Interesse besteht, beweist der siebte Platz mit einer monatlichen Schwitzsuch-Inzidenz von 172.

Platz 8: Liechtenstein

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/BtDLYA2HWJ6

Klein, aber oho: Als eines der kleinsten Länder Europas setzen sich die Saunanhänger Liechtensteins im europaweiten Ranking durch und ergooglen sich mit einem monatlichen Suchvolumen von 158 Platz acht. Einen Sprung über die Landesgrenze entfernt bietet beispielsweise das Mineralheilbad St. Margrethen eine große Saunawelt mit täglichem Aufguss-Programm von elf bis 22 Uhr. Da das 25 Kilometer lange Fürstentum zwischen Österreich und der Schweiz eher durch seine mittelalterlichen Burgen, Alpenlandschaften oder der Finanzwirtschaft bekannt ist, ist die verhältnismäßig große Anzahl an Saunafans sicherlich für viele ein neuer Länder-Fun-Fact.

Platz 9: Frankreich

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/CGDP80ilsLa

Wer glaubt, dass es sich im Heimatland von „Mon Amour“ und „Moulin Rouge“ auch ungeniert in der Öffentlichkeit gut schwitzen lässt, der wird enttäuscht. Vielleicht liegt es an der oft streng katholischen Erziehung, dass die Franzosen beim traditionellen Saunagang eher wie ein prüdes Volk wirken. Hochgeschlossene Badebekleidung, also Damen im Badeanzug und Herren in Badeshorts, ist hier die Regel. Entspannt wird bei milden 60 Grad und angenehm riechendem Duft zur Entspannung. Wem es in der Schwitzkammer zu langweilig wird, kann mit seinem Nachbarn leise Gespräche führen – hier bleibt die Grande

Nation locker. Es waren übrigens die Römer, die die ersten Dampfbäder importierten und die Saunakultur Frankreichs einläuteten. Das diese bis heute eine große Fangemeinde hat, beweist Rankingplatz neun (monatliche Inzidenz von 156).

Platz 10: Bulgarien

Link für Instagram-Einbindung: www.instagram.com/p/BwehKmNA3YR

Bulgarien schließt mit Rang zehn und einer Inzidenz von 149 die Top Ten des europaweiten Saunainteressenvergleichs. Vielen ist das Land am Schwarzen Meer eher als preisgünstiges Sommerurlaubsdomizil für Erholung und Party bekannt. Was viele jedoch nicht wissen: Neben Island findet man hier das zweitgrößte Thermalquellenvorkommen in Europa. So widmen sich viele öffentliche Mineralbäder, Wellnesscenter und Kurhotels den Themen Gesundheit und Tiefenregeneration. Nicht zuletzt deshalb hat das Thema „Wellness“ in Bulgarien einen hohen Stellenwert, was auch die hohe Suchanfrage nach Saunamöglichkeiten erklärt.

Hier leben die größten Sauna-Muffel

Ein Blick auf die letzten Plätze des europaweiten Saunasuchinteresses zeigt, dass Albanien (Inzidenz von 26), Nordmazedonien (Inzidenz von 17) und der Vatikanstadt (Inzidenz von 0) wohl das wenigste Interesse am öffentlichen Nacktschwitzen haben – dass das öffentliche Saunieren im Zentrum der römisch-katholischen Kirche wohl nicht so gut ankommt, kann man wohl aber verstehen.

Deutschlandweites Sauna-Google-Ranking:

Neben dem europaweiten Saunisten-Vergleich hat Fit Reisen auch das Suchinteresse innerhalb Deutschlands ermittelt. Fazit: Beim Thema „Nacktschwitzen auf der Holzbank“ zeigt sich ein klarer Interessenkonflikt zwischen Ost und West. Rheinland-Pfalz landet bei der monatlichen Saunasuchanfrage auf Platz eins, gefolgt von Nordrhein-Westfalen und Hamburg. Das wenigste Aufguss-Interesse zeigen hingegen Brandenburg (Platz 14), Thüringen (Platz 15) und Sachsen-Anhalt (Platz 16) auf den letzten drei Rängen.

Platz	Bundesland	Einwohner (Stand: 2019)	Suchvolumen pro 100.000 Einwohner (aufgerundet)
1	Rheinland-Pfalz	4.093.903	215
2	Nordrhein-Westfalen	17.947.221	212
3	Hamburg	1.847.253	192
4	Bayern	13.124.737	186

5	Baden-Württemberg	11.100.394	180
6	Hessen	6.288.080	176
7	Saarland	986.887	175
8	Berlin	3.669.491	175
9	Niedersachsen	7.993.608	167
10	Schleswig-Holstein	2.903.773	167
11	Bremen	681.202	148
12	Sachsen	4.071.971	144
13	Mecklenburg-Vorpommern	1.608.138	127
14	Brandenburg	2.521.893	126
15	Thüringen	2.133.378	122
16	Sachsen-Anhalt	2.194.782	96

Schwitziges Urlaubsvergnügen bietet Fit Reisen mit ausgesuchten Wellness- und Thermalhotels in Deutschland sowie europäischen Reisedestinationen. Alle Infos dazu gibt es auf www.fitreisen.de/wellness/wellnesshotels.

Die gesamte Auswertung des Sauna-Google-Rankings von Fit Reisen gibt es zum Nachlesen auf www.fitreisen.de/blog/google-ranking-zum-tag-der-sauna.

Über Fit Reisen

Die Fit Reisen Group mit Sitz in Frankfurt am Main, Hamburg, Leipzig und München ist die Nr. 1 für Gesundheits- und Wellnessreisen. Seit über 40 Jahren steht das Unternehmen für die Kombination aus gesundem Urlaub und attraktiven Schönheits-, Entspannungs- und Freizeitangeboten. Neben Fit Reisen gehören auch die internationale Marke SpaDreams, das Online-Portal kurz-mal-weg.de, Yoga Escapes, aytour, Lotus Travel und das Reisegutschein-Portal tripz.de zur Unternehmensgruppe. Heute bietet der Spezialist über 10.000 unterschiedliche Kur-, Gesundheits-, Beauty-, Ayurveda-, Yoga-, Detox- und Wellness-Arrangements an. Das Portfolio umfasst 1.500 Hotels und 400 Destinationen in 50 Ländern. Bereits mehrfach wurden das vielfältige Angebot, die langjährige Expertise und der individuelle Service ausgezeichnet: In 2014 als „Innovativster Veranstalter im Gesundheitstourismus“, in 2016 mit dem „Typo3 Website of the Year Award“ sowie „Typo3 Tourism Award“, zuletzt von n-tv in 2017, 2018 und 2019 als „Deutschlands bestes Online-Portal Wellnessreisen“ sowie 2020 und 2021 vom Technikmagazin CHIP als einer der „besten Onlinereiseshops“. Fit Reisen ist Mitglied des Tourismusverbands Pacific Asia Travel Association (PATA) sowie der Arbeitsgemeinschaft Europäischer Reiseunternehmen (AER).

Bilder und Grafiken zu dieser Pressemitteilung, zu neuen Katalogen, besonderen Hotels und diversen Themen sowie Firmenlogo und Fotos der Geschäftsführung finden Sie unter: www.fitreisen.de/group/de/presse

Bitte beachten Sie: Das Ihnen überlassene Bildmaterial darf nur in Verbindung mit Reisen von FIT Gesellschaft für gesundes Reisen mbH sowie unter Angabe des abgebildeten Hotels genutzt werden. Copyright: ©fitreisen.de. Weitere Bildquellen entnehmen Sie bitte aus der jeweiligen Bildunterschrift. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt. Die vollständigen Nutzungsbedingungen lesen Sie [hier](#).