



Uns gibt es auch so. Folgen Sie uns!

Engadiner Post
POSTA LADINA

Engadiner Post

POSTA LADINA

engadinerpost.ch

Das Portal der Engadiner.



Für die Shows in der Sauna des Bogn Engiadina sorgten am Insolit 2023 auch Susanne Stenz, Thomas Rohner und Michael Niedermair (von links).

Fotos: Susi Stuppan/Bogn Engiadina

Insolit – Schwitzen in der Showsauna

Am Wochenende hat die 6. Ausgabe des Sauna-Events Insolit in Scuol stattgefunden. Mit dabei waren die besten Aufgiesserinnen und Aufgiesser, die im Alpenraum zu finden sind. Ein Augenschein vor Ort.

FADRINA HOFMANN

Samstag, 15 Uhr vor der Aufgussauna im Bogn Engiadina: Eine Schlange von Menschen, nur mit Badetuch bekleidet, bewegt sich ins Innere der Sauna. Eine Mitarbeiterin der Saunalandschaft zählt die Eintretenden ab. Bei 40 hebt sie die Hand zu einem Stoppzeichen. Enttäuscht blicken jene, die noch draussen sind, in die Runde. Sie müssen auf den nächsten Aufguss warten. Kaum sitzen alle in der Sauna auf ihren Tüchern kann es losgehen.

Thomas Rohner betritt als Hippie verkleidet den Raum, inklusive Langhaarperücke, Schlaghose und Peace-Zeichen um den Hals. Aus einem Lautsprecher ertönt Musik aus den Sechzigern. «Woodstock 69» ist das Thema der Show. Passend dazu hat der Aufgiesser auch die ätherischen Öle gewählt, die er nacheinander mit einem Tuch durch die Sauna wedelt: Grapefruit, Hanf, Patchouli. Die Anwesenden singen beim Refrain vom Joan Baez Song «Blowing in the wind» begeistert mit. In der Sauna wird je nach Showeinlage geklatscht und gehöhlt – und der Schweiß fliesst fast nebenbei die Körper hinunter.

Eine Wissenschaft für sich

Das Sauna-Event Insolit ist auf Initiative von Gian-Claudio Mayer und Thomas Rohner entstanden. Thomas Rohner ist als Saunagänger auf die Kunst des Aufgiessens aufmerksam ge-

worden. «2015 habe ich angefangen zu wedeln, im gleichen Jahr habe ich bereits gemeinsam mit dem Scuoler Gian-Claudio Mayer an der Schweizermeisterschaft teilgenommen und wir haben als Team gleich den 2. Rang belegt», erzählt Thomas Rohner nach der Show. Daraufhin hätten sie noch an der Weltmeisterschaft in Deutschland teilgenommen. «Das war ein unglaubliches Erlebnis, denn während die

Saunashows in der Schweiz eher bescheiden ausfallen, werden sie in anderen Ländern ganz gross zelebriert.»

Ein Anlass für die Zwischensaison

Jede Show hat ein anderes Thema. Doch im Grunde geht es bei den Aufgüssen darum, die Luft durch den Raum zu verteilen, um den Schwitzeffekt zu optimieren. Ein Blick auf die Liste der diesjährigen Aufgiesserinnen

und Aufgiesser zeigt, dass sich am Insolit die Crème de la crème der Szene versammelt hat.

So ist unter anderem die Vize-Weltmeisterin Kasia Klajn da, der italienische Meister 2023, Michael Niedermair ist anwesend und auch die Schweizermeisterin 2023, Susanne Stenz. Organisatorin und Saunameisterin Susi Stuppan freut sich, dass sie ihre Kontakte spielen lassen und die

Elite nach Scuol locken konnte. «Wir haben den Anlass bewusst in die Zwischensaison gelegt, damit auch die Einheimischen davon profitieren können», sagt sie. Inzwischen gebe es Gäste, die extra ins Unterengadin reisen, wenn Insolit bevorsteht.

Auch Ursina Semadeni trifft am Insolit auf viele bekannte Gesichter. Die Saunameisterin aus Scuol darf sich Vize-Schweizermeisterin nennen. «Kriterien beim Aufguss sind das Thema, die Wedeltechnik, die Beschaffenheit der ätherischen Öle, das Tempo, die Hitzeerzeugung, der Effekt beim Schwitzen und so weiter», erklärt sie. Was also nach ein bisschen Show aussieht, ist im Grunde eine Wissenschaft für sich.

In der Sauna sind alle gleich

Schweizermeisterin Susanne Stenz ist gleich mit drei Shows nach Scuol gekommen: Save the Ocean, Die Wahrsagerin und Pink Lady. Entsprechend sehen auch ihre Kostüme und Aufgussgefässe aus. «Ich repräsentiere während 15 Minuten eine Geschichte, um verschiedene Showtechniken zu zeigen und die Leute in eine andere Welt zu entführen», sagt sie. Auf die Frage, was eine gute Aufgiesserin denn auszeichne, meint sie: «Dass sie mit Leidenschaft aufgiest und wedelt.»

Ähnlich tönt es bei der Vizeweltmeisterin Kasia Klajn: «Das Wichtigste ist, bei der Show eine Beziehung zu den Leuten aufzubauen.» In der Sauna seien alle gleich, unabhängig von Nationalität, Herkunft oder Religion. «Während des Aufgiessens können die Gäste entspannen und alles rundherum vergessen, das fasziniert mich.»

Übrigens: Es gibt sogar einen sogenannten «Sauna-Orgasmus». Was es damit auf sich hat, verrät Susi Stuppan: «Wenn der Körper so erhitzt ist, dass man nicht mehr weiss, ob man Hitze oder Kälte empfindet – dann bekommt man Hühnerhaut vor Wohlbefinden.»

WETTERLAGE

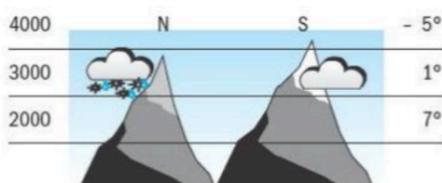
An der Südflanke eines mächtigen Tiefs über Nordeuropa hat sich der Jetstream über die Alpen gelegt. Dabei werden weitere, sehr aktive Frontensysteme gegen die Alpennordseite gelenkt. Diese führen dabei nicht nur sehr feuchte, sondern auch sehr milde Luftmassen mit sich.

PROGNOSE ENGADIN UND SÜDTÄLER FÜR HEUTE DIENSTAG

Stark bewölkt, aber kaum Niederschlag! Südbünden zeigt sich heute etwas wetterbegünstigt, die Niederschläge bleiben bis zum frühen Abend nördlich von uns hängen. Für uns bleibt hauptsächlich eine dichte Wolkendecke übrig, welche über den Südtälern mitunter kleine Lücken abbekommen könnte. Die Sonne bleibt allerdings auch hier zumeist im Hintergrund. Ein wenig Regen ist mitunter am ehesten im Unterengadin zu erwarten. Zum Abend hin nähert sich eine Kaltfront an, welche mit dem auf Nordwest drehenden Wind dann auch auf Südbünden übergreifen kann.

BERGWETTER

Die Berge an der Nordabdachung des Inn stecken mitunter in Wolken, vor allem die Gipfel der Silvretta. Besonders hier ist wiederholt mit ein wenig Niederschlag zu rechnen. Die Schneefallgrenze liegt dabei um 2500m. Südlich des Inn sind die Berge teils frei und es bleibt trocken.



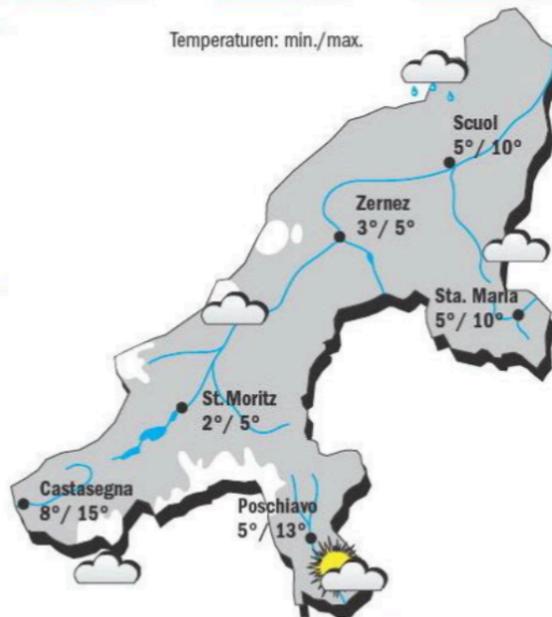
DIE TEMPERATUREN GESTERN UM 08.00 UHR

Sils-Maria (1803 m)	1°	Sta. Maria (1390 m)	4°
Corvatsch (3315 m)	-3°	Buffalora (1970 m)	0°
Samedan/Flugplatz (1705 m)	0°	Vicosoprano (1067 m)	3°
Scuol (1286 m)	1°	Poschiavo/Robbia (1078 m)	4°
Motta Naluns (2142 m)	1°		

AUSSICHTEN FÜR DIE KOMMENDEN TAGE (SCUOL)

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
°C 2 / 8	°C 0 / 8	°C -1 / 5

Temperaturen: min./max.



AUSSICHTEN FÜR DIE KOMMENDEN TAGE (ST. MORITZ)

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
°C -4 / 3	°C -6 / 3	°C -5 / 1