

4. SAUNA HERBAL CUP® ÖSTERREICH

Von 2. bis 4. Oktober 2026 in der Alpentherme Gastein

Basis-Informationen für Teilnehmer

Das ist der Sauna Herbal Cup®

Der Sauna Herbal Cup wurde 2013 in Tschechien gegründet und ist ein internationaler Wettbewerb für Saunameister, der die vielseitige Verwendung natürlicher Produkte in der Sauna in den Mittelpunkt stellt.

Neben dem klassischen Aufguss in der finnischen Sauna treten die Teilnehmer auch in der Disziplin Dampfbad-Rituale an, bei der Peelings und Schönheits-Anwendungen durchgeführt werden.

Der Sauna Herbal Cup wird traditionell in Tschechien ausgetragen mit internationaler Beteiligung. Seit 2018 gibt es offizielle Länder-Vorrunden zur Qualifikation für den Hauptbewerb. 2023 fand erstmals auch in Österreich eine Vorrunde statt.

Die beiden Disziplinen am Weg zum Titel „King / Queen of Herbal“

Als Teilnehmer führen Sie ein **entspannendes Kräuter-Ritual in der finnischen Sauna** durch, bei dem Sie durch die professionelle und kreative Verwendung verschiedener natürlicher Produkte überzeugen.

ZUSÄTZLICH zum Ritual in der finnischen Sauna muss eine **Peeling-Zeremonie im Dampfbad** durchgeführt werden. Teil dieser Disziplin ist auch die optische und schriftliche Präsentation des Peelings.

Das Ranking für den Sauna Herbal Cup ergibt sich aus der Summe der Punkte aus beiden Disziplinen (Gewichtung 50:50).

Die besten Teilnehmer der Länderrunden qualifizieren sich für das Finale in Tschechien, bei dem schließlich der Teilnehmer mit den meisten Punkten zum „King / Queen of Herbal“ gekürt wird.

- **Entspannendes Kräuteraufguss-Ritual in der finnischen Sauna / Relax Herbal Aufguss**
Das Ritual dauert 15 Minuten (genaue Zeitangaben siehe Kriterienkatalog) und basiert auf der kreativen und fantasievollen Verwendung von natürlichen Materialien in der Sauna. Z.B. Frische Kräuter, Sude, Räucherprodukte, verschiedene Kompositionen/Mischungen von ätherischen Ölen u.s.w.. Die Jury wird das harmonische Zusammenspiel der Zutaten ebenso bewerten wie den Gesamteindruck.

Großes Augenmerk wird auf den fantasievollen Einsatz der natürlichen Aromatherapie gelegt – hier haben die Teilnehmer freie Wahl, welche und wie viele Zutaten zum Einsatz kommen. Es gilt allerdings manchmal die Devise „Weniger ist mehr“.

Wie in anderen Wettbewerben kommt es auch hier auf die Professionalität an: zeigen Sie Ihre Kompetenz bei der Verwendung der Aufgussmittel. Legen Sie Wert auf das Wohl Ihrer Gäste. Achten Sie auf die richtige Hygiene. Präsentieren Sie sich selbst mit einem entsprechend positiven Auftreten, einer Einführung mit allen wichtigen Informationen und einem klaren Ende.

Zur Verteilung der heißen Luft können Zweige, Fahnen, Handtücher und andere kreative Werkzeuge verwendet werden – hier haben Sie freie Wahl. Show-Techniken mit dem Handtuch sind nicht verboten. Sie sind aber nicht empfohlen und werden nicht extra bewertet.

Show-Elemente bzw. „Sauna-Theater“ werden möglicherweise negativ bewertet. Der Relax Herbal Aufguss soll dem Gast in erster Linie Entspannung bringen, es soll eine ruhige Sauna-Zeremonie sein und die verwendeten Natur-Produkte in den Mittelpunkt stellen.

Das Ritual soll KEINEN Handlungsstrang haben bzw. KEINE Geschichte erzählen. Es kann aber inspiriert sein von einer Kultur, einem Land, einer Landschaft oder einem Ereignis. Sie können passende Kostüme und Dekorationen verwenden, um dies darzustellen. Ihre kreativen Mittel sollen aber immer die Rolle der natürlichen Kräuter etc. unterstützen und nicht verdrängen oder überlagern.

- **Peeling-Zeremonie / Peeling Cup**

Sie führen eine vollständige Peeling-Zeremonie im Dampfbad durch. Es kann z.B. ein Peeling für den Körper und extra eine Maske fürs Gesicht angeboten werden oder ein spezielles Peeling für die Füße.

Es steht jedem Teilnehmer frei, wie viele Zutaten und Komponenten er für die Zeremonie bereitstellt. Es sollte aber alles zusammenpassen und dazu dienen, das Ziel bzw. den Nutzen der Anwendung zu erreichen.

Seien Sie kreativ und einfallsreich aber auch wohlüberlegt bei der Auswahl der verwendeten Produkte. Auch hier ist manchmal weniger mehr. Machen Sie sich mit den einzelnen Zutaten, den Inhaltsstoffe und deren Eigenschaften vertraut. Stellen Sie die Peeling-Prozedur Ihren Gästen vor. Erklären Sie, warum Sie die Zutaten so ausgewählt haben.

Die Präsentation des Peelings ist integraler Bestandteil der Dampfbad-Zeremonie

Wir stellen Ihnen einen Platz zur Verfügung, um Ihr Peeling zu präsentieren. Dort sollten Sie alle Komponenten und Zutaten Ihrer Zeremonie auf kreative und optisch ansprechende Art platzieren und beschreiben. Idealerweise ergänzen Sie die Präsentation mit Etiketten für die einzelnen Zutaten. Unterstreichen Sie die Präsentation mit passender thematischer Dekoration. Bereiten Sie ein Informationsblatt vor, das am Präsentationstisch bereit liegt und das alle notwendigen Erklärungen enthält.

Je nach Vorgabe des Veranstalters kann es sein, dass Sie dazu aufgefordert werden, Ihr Peeling und die Inhaltsstoffe mündlich im Rahmen eines kurzen Vortrags vorzustellen bzw. Sie sich den Fragen der Jury-Mitglieder stellen müssen.



Sprache

Sie können den Aufguss und die Dampfbad Zeremonie bei der Österreich-Vorrunde in deutscher Sprache abhalten – seien Sie aber darauf vorbereitet, die Fragen der internationalen Jury-Mitglieder in englischer Sprache zu beantworten. Die schriftliche Beschreibung des Peelings im Rahmen Ihrer Präsentation sollte jedenfalls auf Deutsch und Englisch vorliegen.

Detaillierte Informationen zum Sauna Herbal Cup

Auf www.saunaherbalcup.eu und auf der Facebook-Seite Sauna Herbal Cup.