

Sieger des SBZ-Kreativ-Wettbewerbs auf Bildungsreise

# Auf den Spuren der Badkultur



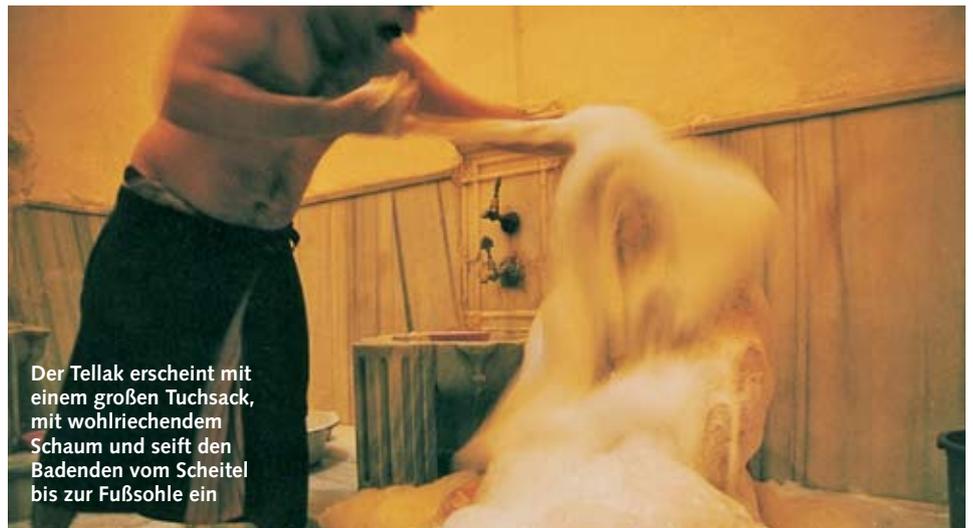
Der Hamam ist ein Dampfbad, das meist aus Marmor mit einer kreisrunden Liegefläche in der Mitte des Raumes, dem sogenannten Nabelstein besteht. Diese Bilder entstanden im Çemberlitaş, in dem die SBZ-Reisegruppe Erfahrungen am eigenen Leibe sammeln konnte. Das Badritual wird heute noch, fast wie vor Jahrhunderten praktiziert

Bild: Agentur laif



Eigentümliche Prozedur: Alle Muskeln werden gestreckt und gedrückt. Der Bademeister fährt mit den Knöcheln des Daumens über das Rückgrat; alle Glieder und selbst das Genick bringt er zum Knacken

Bild: Agentur laif



Der Tellak erscheint mit einem großen Tuchsack, mit wohlriechendem Schaum und seift den Badenden vom Scheitel bis zur Fußsohle ein

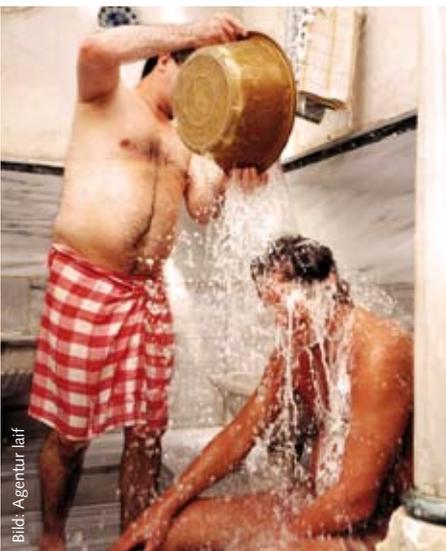


Bild: Agentur laif

Der Bademeister und Masseur übernimmt den eigentlichen Waschvorgang. Dabei wird kaltes Wasser über Kopf, Brust und Leib gegossen, was einen sehr entspannenden Charakter hat

Neben der Auszeichnung als beste Kreativ-Badplaner Deutschlands haben die Siegerinnen des Kreativ-Wettbewerbs eine einwöchige Bildungsreise gewonnen. Sie konnten unter fachlicher Führung die traumhafte Spa-Welt des Orients im wahrsten Sinne des Wortes erleben. Im traditionellen Stadtkern Istanbuls untergebracht ging es zu den Highlights der muslimischen und römischen Badkulturen.

Um neue Erkenntnisse rund um die Badplanung und das Wettbewerbsthema Private Spa zu gewinnen sowie den Meinungsaustausch unter Planern in angenehmer Umgebung zur forcieren, war der Preis für die Gewinner beim 2. SBZ-Kreativ-Wettbewerb als Bildungsreise ausgeschrieben. So flogen Sieger und Veranstalter des Wettbewerbs Anfang Oktober in die Türkei, um sich über Geschichte und

Baderituale des Orients zu informieren, bzw. am eigenen Leibe zu erleben. Zuerst stand aber der obligatorische Besuch zahlreicher Sehenswürdigkeiten, wie der Hagia Sophia, dem Topkapi Palast, der Blauen Moschee und dem großen Basar auf dem Programm. Anschließend „verordneten“ die Reiseleiter Peter Theissing (Alape) und Thomas Richter (Dornbracht) der Gruppe den Besuch verschiedener Hamams.

## Probieren geht über Studieren

Denn wer seine Kunden kompetent beraten will, der sollte umfassende Kenntnisse rund ums Badevergnügen besitzen. Deshalb hieß es für die sechs Badplanerinnen aus Deutschland, in den Hamams Erfahrungen aus erster Hand zu sammeln. Dazu ging es u.a. in den Çemberlitaş Hamam, das 1584 gebaute, erste öffentliche Badehaus. Dank dem strengen Reinlichkeitsgebot des Islams erfreut sich dieser Hamam seit seiner Gründung großer Beliebtheit. Im türkischen oder orientalischen Bad geht es nicht nur um die Reinigung des Körpers. Der Besuch soll ein Fest für Körper und Seele sein. Hier wird der Alltag in angenehmer Wärme unter gedämpftem Licht, viel Seifenschaum und Wasser einfach weggespült. Die Pflege von Körper und Seele sowie Entspannung und Kommunikation in wohlthuender warmer Atmosphäre sind wesentliches Element der Hamamkultur.

Der Hamam ist ein Dampfbad, das meist aus Marmor mit einer kreisrunden Liegefläche in der Mitte des Raumes, dem Nabelstein, besteht. Ein Besuch beginnt im Hauptraum, der mit einer Temperatur von 32 bis 35 °C angenehm warm ist. Auch unsere Reisegruppe legten ein spezielles Handtuch (Peştemal) als Lendenschurz an. Im äußeren Bereich befanden sich an den Wänden schwere Marmorwaschbecken aus denen man sich selbst regelmäßig mit warmem oder kaltem Wasser übergießt. Anschließend oder auch zwischendurch sollte man sich auf den heißen Stein, dem „Göbek taşı“ im Zentrum des Raumes legen und entspannen.

## Wenn die Gelenke knacken

Dann schritt der Badewärter zu einer ganz eigentümlichen Prozedur. Der ganze Körper wurde gerieben und alle Muskeln gestreckt und gedrückt. Der Mann kniet auf Rücken bzw. Brust und fährt mit den Knöcheln des Daumens über das Rückgrat; alle Glieder, die Finger und selbst das Genick bringt er durch eine leichte Manipulation zum Knacken. Anschließend wurden die Knie bis zum Anschlag durchgebogen. Diese sehr massive Art der Massage führte bei den meisten Reiseteilnehmern zu lautem Stöhnen oder auch vereinzelt Schreien.

So vorbereitet übernimmt der Tellak (Bademeister und Masseur) den eigentlichen Waschvorgang. Er erscheint mit einem großen Tuchsack, mit wohlriechendem Schaum und seift den Badenden vom Scheitel bis zur Fußsohle ein. Ein Peeling durch Reiben mit der so genannten Kесе, einem rauen Handschuh aus Wildseide oder Ziegenhaar reinigt die Haut. Anschließend wird kaltes Wasser



**Auf den Spuren der Badkultur:** (v.l.) Reiseleiter Thomas Richter (Dornbracht), Lütfiye Erbas, Nicola Stammer, Event-Manager Peter Theissing (Alape), Sonja Lau (Alape), Stephan Schulte (Dornbracht), Martina Zendel, Markus Gerst (Illbruck), Andrea Werdermann, Katrin Balaun, SBZ-Chefredakteur Dirk Schlattmann und Franziska Gnam



**Die Thermen von Perge:** Bereits im 2. Jahrhundert nach Christus gab es hier Frigidarium, Tepidarium und Caldarium



**Die prämierten Badplanerinnen, hier Katrin Balaun, informierten sich auch, wie der Marmorcharakter des Hamams (r.) gekommt in moderne Hotelbadezimmer (oben) übertragen werden kann**



## Aus dem Jahr 200 nach Christus

Nach diesen sehr hautnahen Erfahrungen flog die so runderneuerte SBZ-Reisegruppe noch in die Nähe von Antalya. Dort besichtigten die Preisträger mit den Thermen von Perge, das ehemals größte öffentliche Bad Pamphyliens. Bereits im 2. Jahrhundert nach Christus gab es hier ein Frigidarium, ein Tepidarium und das Caldarium. In dem Tepidarium herrschte eine trockene Raumtemperatur zwischen 30 und 40 °C, wodurch ein gesundes Fieber erzeugt wurde, das vorbeugend und heilend wirkte und ideal zur Regeneration und zum Aufbau des Immunsystems war. Das Caldarium war ein mildes Inhalationsbad mit einer Raumtemperatur von 40 bis 45 °C. Tepidarium und Caldarium hatten eine Heißluftheizung, die nach dem Hypokaustsystem funktionierte.

**N**achdem die prämierten Badplaner in dieser Woche sehr viele Eindrücke sammeln konnten, bildeten zwei Badetage an der türkischen Riviera den krönenden Abschluss einer ebenso lehrreichen wie

entspannenden Woche. Dank sei den Sponsoren des Wettbewerbs, den Firmen Alape, Dornbracht und Illbruck, ohne deren fachliche und finanzielle Unterstützung die Durchführung des Wettbewerbs und auch dieser Siegerreise nicht möglich gewesen wäre. Bleibt nur noch, Sie zum nächsten SBZ-Kreativ-Wettbewerb einzuladen, der Ende nächsten Jahres ausgeschrieben wird. Hierbei wünscht Ihnen die SBZ-Redaktion bereits jetzt viel Erfolg.

DS



**Gegensätze:** Der Besuch moderner Bad-Showrooms stand ebenso auf dem Programm, wie die . . .



**. . . „fachgerechte Besichtigung“** der zahlreichen Straßenverkaufsstellen. Die Sanitärbranche war in Istanbul jedenfalls allgegenwärtig

über Kopf, Brust und Leib gegossen, was einen sehr entspannenden Charakter hatte. In einem kühleren Raum, wo wir es uns in Handtüchern eingepackt in bequemen Sitzcken oder auf Liegen bequem machten, erfolgte die letzte Phase der Erholung und Entspannung. Als wir das Çemberlitaş verließen, fühlten wir uns wie neu geboren.

Ähnlich erging es der Reisegruppe auch beim Studium anderer Hamams und einem Ausflug ins 100 km entfernte Bursa. Dort erlebten wir eines der ältesten Thermalbäder der Türkei. Einziger Unterschied zum klassischen Hamam – der heiße Stein wurde durch das Wasser heißer Thermalquellen ersetzt.