



СДЕЛАЙ САМ

Популярное
научно-
техническое
журнал

В. К. Дюк

КВОДЫ

Квадрат 1
 Квадратный вырезок в металле 2
 Квадратный вырезок в металле 3
 Квадратный вырезок в металле 4
 Квадратный вырезок в металле 5
 Квадратный вырезок в металле 6
 Квадратный вырезок в металле 7
 Квадратный вырезок в металле 8
 Квадратный вырезок в металле 9
 Квадратный вырезок в металле 10
 Квадратный вырезок в металле 11
 Квадратный вырезок в металле 12
 Квадратный вырезок в металле 13
 Квадратный вырезок в металле 14
 Квадратный вырезок в металле 15
 Квадратный вырезок в металле 16
 Квадратный вырезок в металле 17
 Квадратный вырезок в металле 18
 Квадратный вырезок в металле 19
 Квадратный вырезок в металле 20
 Квадратный вырезок в металле 21
 Квадратный вырезок в металле 22
 Квадратный вырезок в металле 23
 Квадратный вырезок в металле 24
 Квадратный вырезок в металле 25
 Квадратный вырезок в металле 26
 Квадратный вырезок в металле 27
 Квадратный вырезок в металле 28
 Квадратный вырезок в металле 29
 Квадратный вырезок в металле 30



1'89

ИЗДАТЕЛЬСТВО
«ЭНЕРГИЯ»
МОСКВА

117

104 11

Нурбей Гулиа
«Зеркальная» сауна

«Public Domain»

1989

Гулиа Н. В.

«Зеркальная» сауна / Н. В. Гулиа — «Public Domain», 1989

© Гулиа Н. В., 1989
© Public Domain, 1989

Н. В. ГУЛИА

«ЗЕРКАЛЬНАЯ» САУНА

Говорят, что увлечение сауной сейчас в моде. Полагаю, что эта мода главным образом объясняется все возрастающим увлеченным людей собственным здоровьем, бодрым состоянием, всем тем, что обеспечивает «здоровый дух» в теле. И поэтому упомянутое увлечение в противовес многим другим проявлениям моды следует считать полезным.

Сейчас многие строят сауны на дачах, в загородных домиках. И везде, где строят «капитальную» (а не портативную, надувную) сауну, строят ее веками проверенным способом. Это двойные деревянные стены с утеплением и вентиляцией между ними, печка-каменка, в том числе и электрическая, массивные деревянные полки, лестница. А можно ли устроить сауну в городской квартире? Конечно, соорудить традиционную сухую баню с дровяной печкой-каменкой в многоэтажном доме вряд ли кому удастся. Но сделать «облегченную» сауну, используя экологически чистые источники теплоты и современные эффективные теплоизоляционные материалы, вполне по силам каждому. Было бы только в квартире место для бани!

Что же понадобится для такой сауны? Разумеется, самый простой и экологичный источник теплоты – это электропечь, причем без всяких там ненужных тяжелых и опасных (в смысле растрескивания) камней. Печь без камней легче, удобнее, дешевле и менее инертна в регулировке нагрева (если такая регулировка предусмотрена), чем дровяная «каменка».

Теперь о термоизоляции. Лучшее, что придумано на сегодняшний день для сохранения теплоты, – это термос, или сосуд Дьюара с зеркальными стенками. Разумеется, построить сауну со стеклянным вакуумированным корпусом трудно. А вот уменьшить теплообмен сауны с окружающей средой, оббив или оклеив внутренние стены бани оргалитом, циновками, картоном и покрыв их алюминиевой фольгой, можно. Затраты на такую теплоизоляцию небольшие, а расход энергии, в данном случае электрической, для обогрева сауны будет гораздо меньше.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.