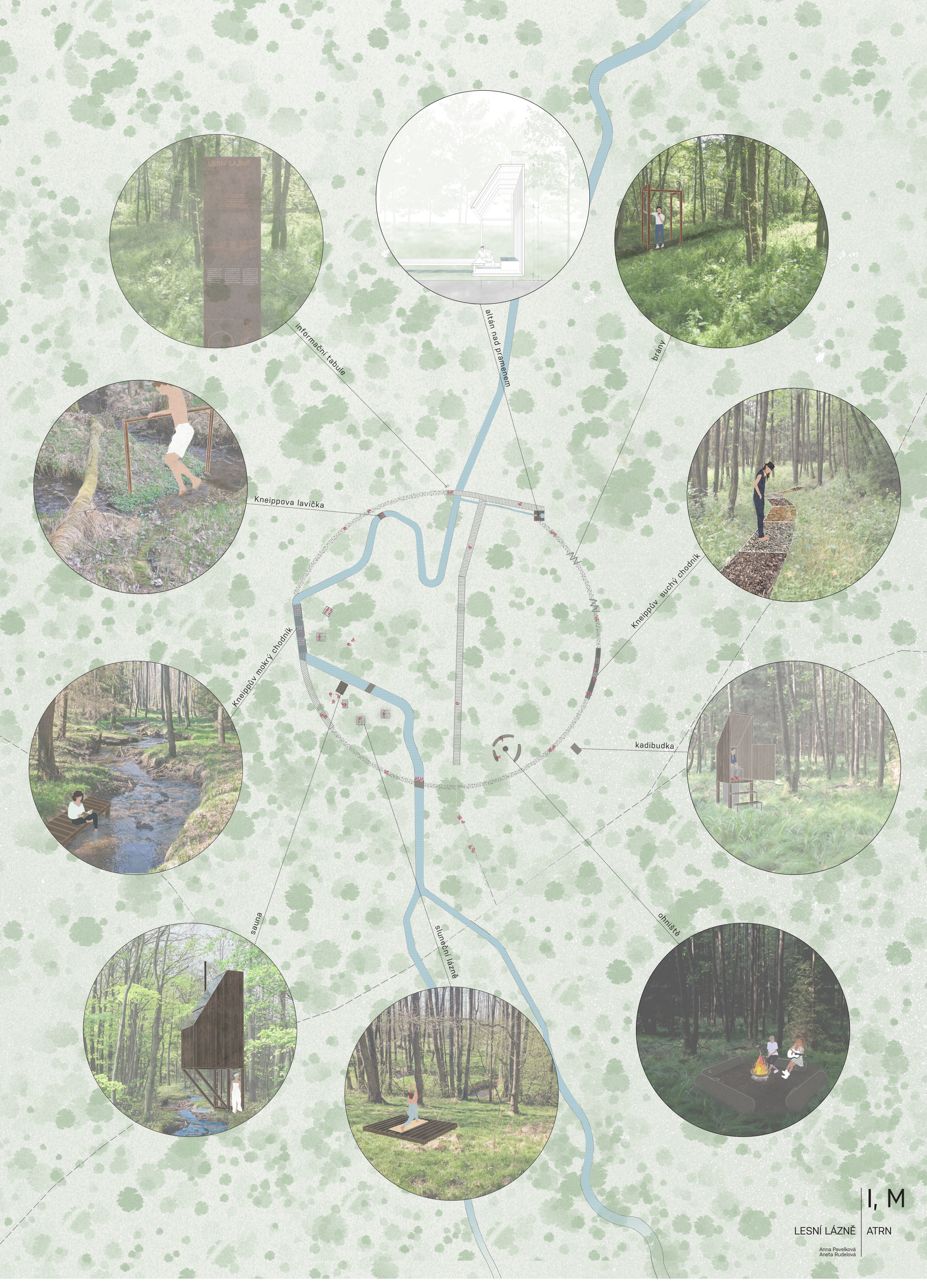

informační tabule
altán nad pramenem
brány
Kneippova lavička
Kneippův suchý chodník
Kneippův mokrý chodník
kadibudka
sauna
sluneční lázně
ohniště

I, M

LESNÍ LÁZNĚ | ATRN

Anna Pavelková
Aneta Rudelová

Lesní lázně jako promenáda, pro odpočinek, zregenerování a načerpání energie z přírody. Procedury jsou volně navázány na přírodní kruhový chodníček, který doplnil původní přímou stezku vedoucí k prameni. Promenáda je místo určené pro procházení – procházková cesta, meditace, klid, odpočinek. Navazující procedury sloužící k léčbě nebo rehabilitaci zejména formou koupání ve vodě, saunování, procházení po Kneippově chodníku.

Tématem celých lesních lázní je uroboros (symbol dokonalosti) je to starodávné zobrazení hada požírajícího vlastní ocas. Tento významný hermetický a alchymický symbol bývá na mnoha kresbách stočený do tvaru ležící osmičky. Představuje cyklickou podstatu věcí, nekonečný návrat od konce k začátku, vlastně přirozený řád lidské existence a života jako takového. Na některých zobrazeních je tento plaz z poloviny světlý a z poloviny tmavý, čímž naznačuje symboliku Jin - Jang, duality věcí, které se vzájemně doplňují a tvoří dokonalý celek.
Představuje cyklickou podstatu věcí, nekonečný návrat od konce k začátku a v dnešní době je symbolem nehynoucí lásky a pevného vztahu, který nikdy neskončí.

Procedury jsou uspořádány podle taoistické filozofie. V taoistickém pojetí je celý svět utvářen vzájemným působením pěti prvků - elementů. Jsou to voda, oheň, dřevo, kov a země. Důležitá je harmonie a vyváženost všech prvků
Zrod všeho hmotného je přisuzován vzájemnému působení těchto pěti prvků a jejich neustálému koloběhu, v němž jeden přechází v druhý.
Živly působí ve dvou protichůdných směrech - cyklech.

Podpůrný cyklus - energizující, dynamický cyklus. Elementy se vzájemně podporují a posilují.

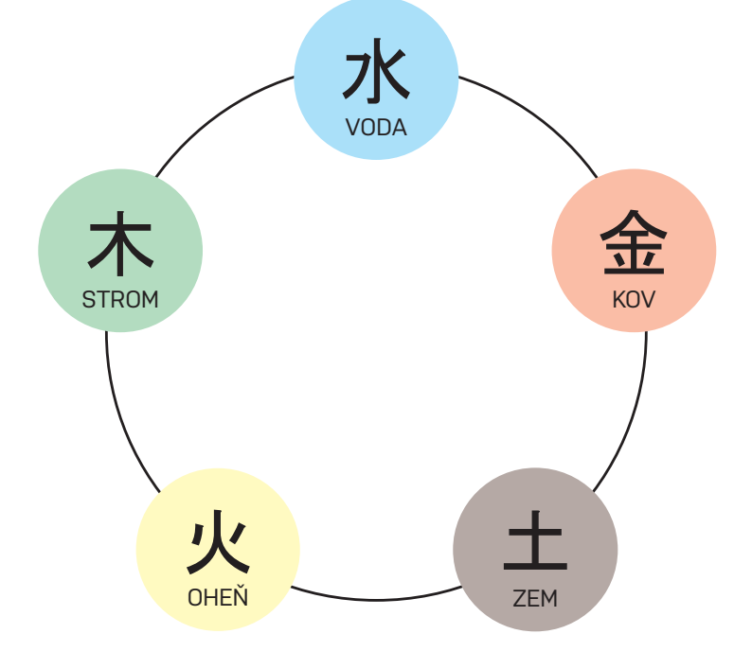
Z ohně vzniká popel (země),
v zemi vzniká kov,
na kovu se sráží voda,
z vody vyrůstá dřevo,
a ze dřeva je oheň.

Tlumící cyklus - slouží k vyrovnání disharmonie elementů. Element vytváří další element, energie se spotřebuje k vytvoření něčeho jiného.

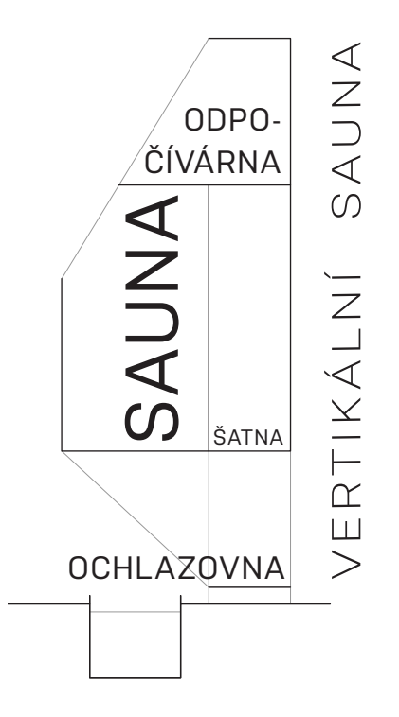
Oheň stravuje dřevo,
dřevo spotřebovává vodu,
voda je příčinou koroze kovu,
dobývání kovu oslabuje zemi,
popel (země) je produktem ohně.

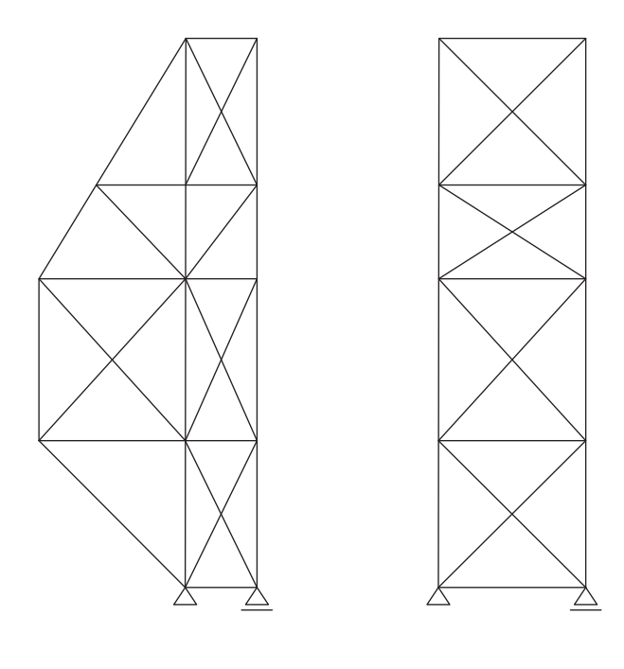
Lázeňská procedura používá tento princip, každý element je zastoupen určitými procedurami.
Dřevo - procházka mezi stromy
Oheň - sluneční lázně, sauna, ohniště
Země - kadibudka, suchý Kneippův chodník
Kov - pramen
Voda - Kneippův chodník, Kneippova lavička

Ty jsou pak umístěny za sebou do kruhu a návštěvník si může zvolit, kde začne, kolik cyklů projde a také, jaký zvolí směr; po směru hodinových ručiček - harmonizující tlumící cyklus, proti směru - podpůrný dynamizující cyklus.


水
VODA
金
KOV
土
ZEM
火
OHEŇ
木
STROM

* * *


ODPO-
ČÍVÁRNA
SAUNA
ŠATNA
OCHLAZOVNA
VERTIKÁLNÍ SAUNA



statické schéma M 1:100

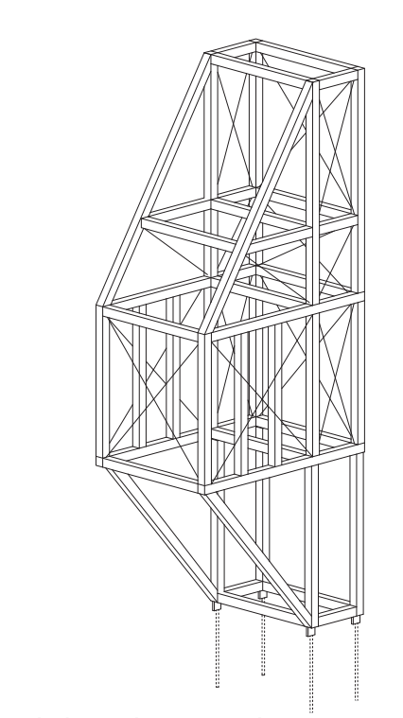
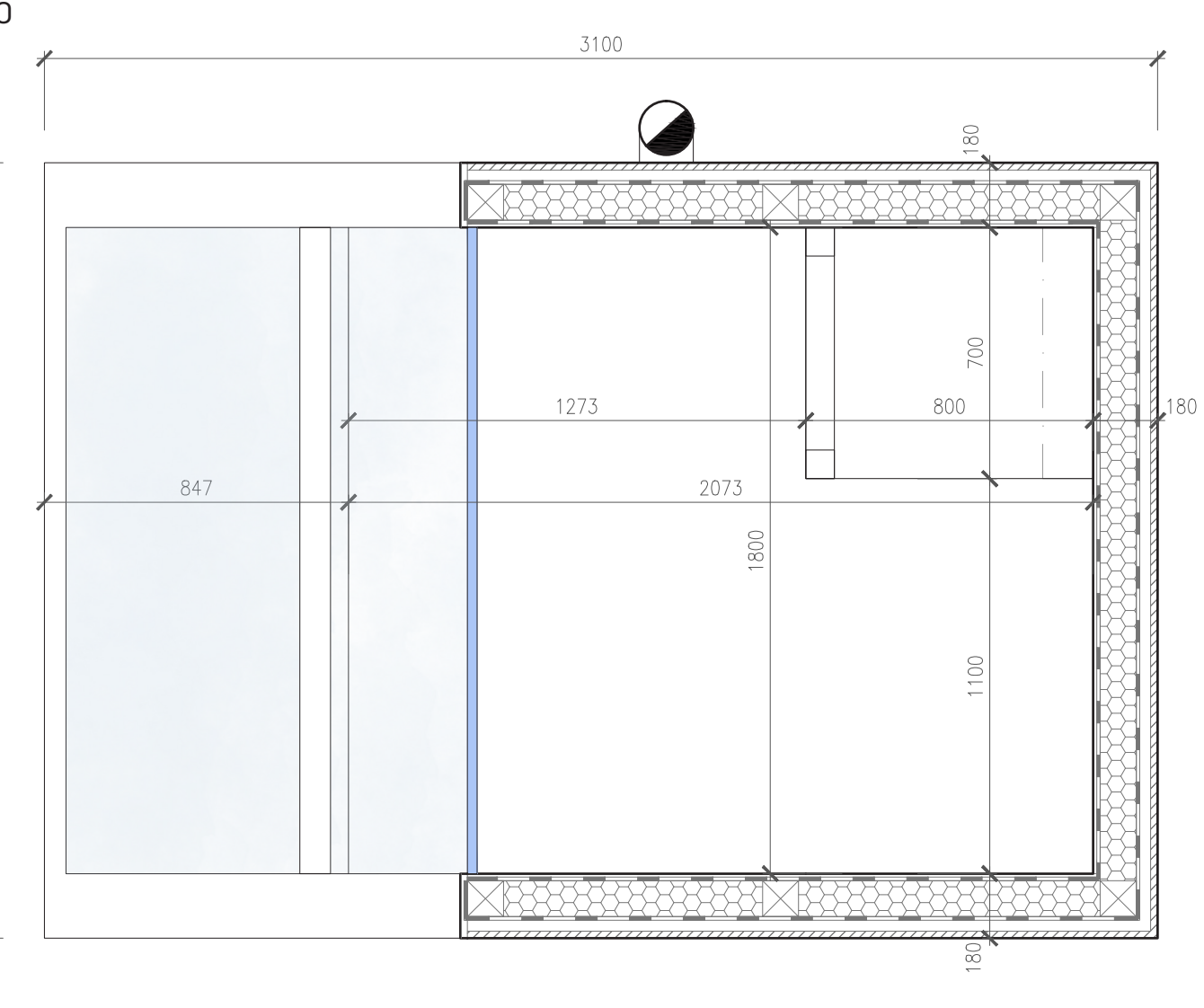
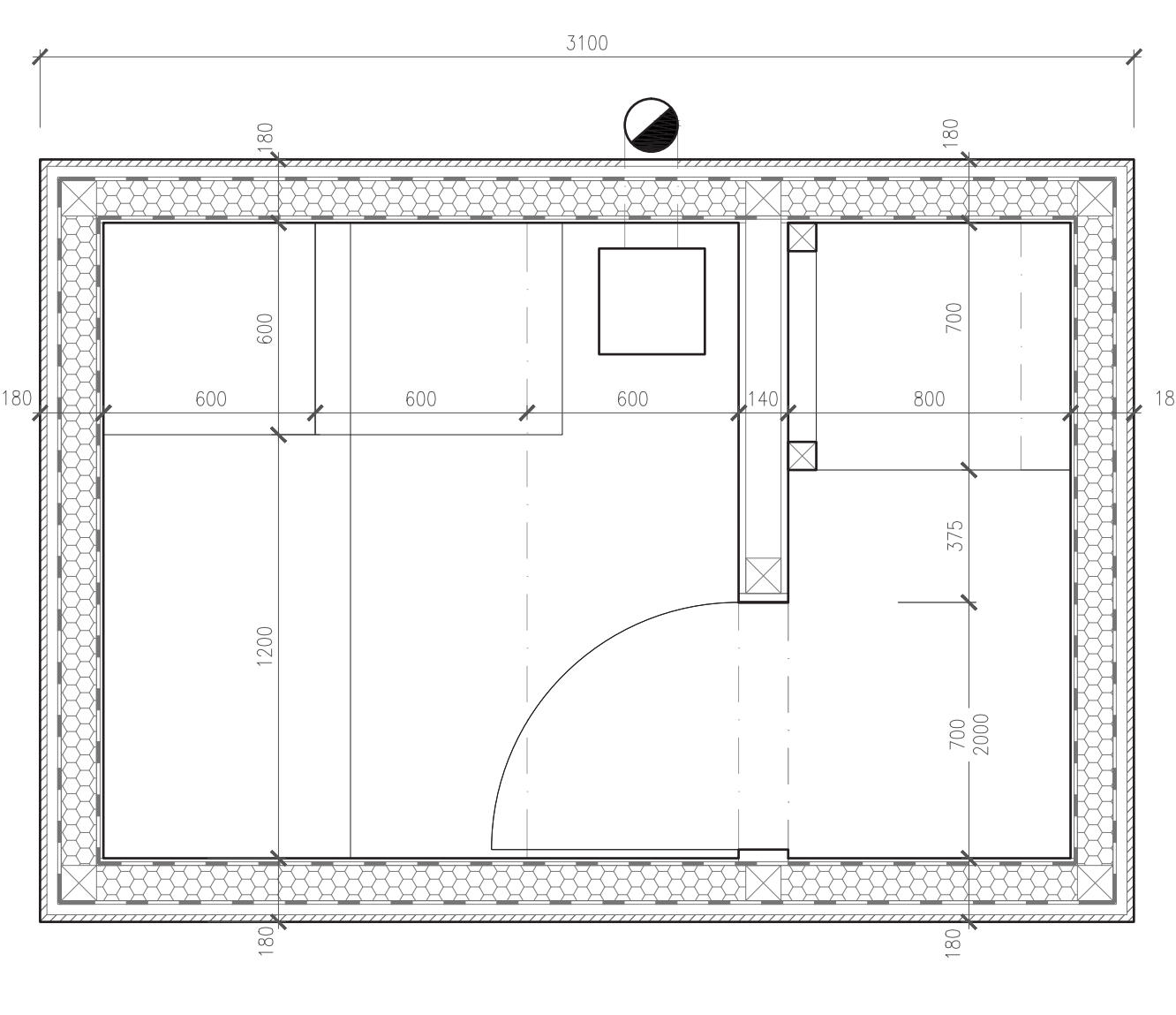


schéma konstrukce M 1:100

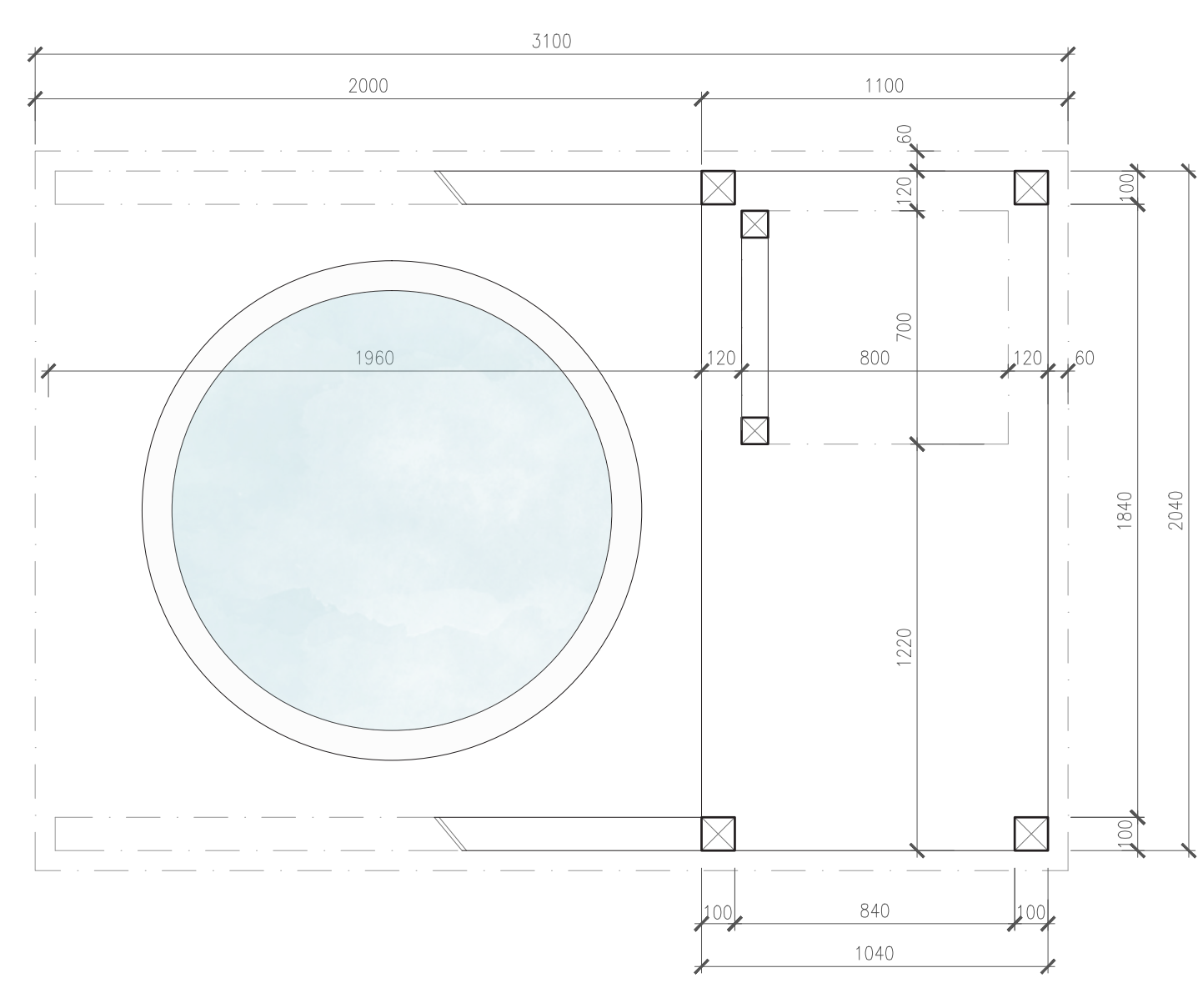
3.NP - odpočívárna M 1:20


3100
2160
847
1273
2073
800
1800
700
1100
180

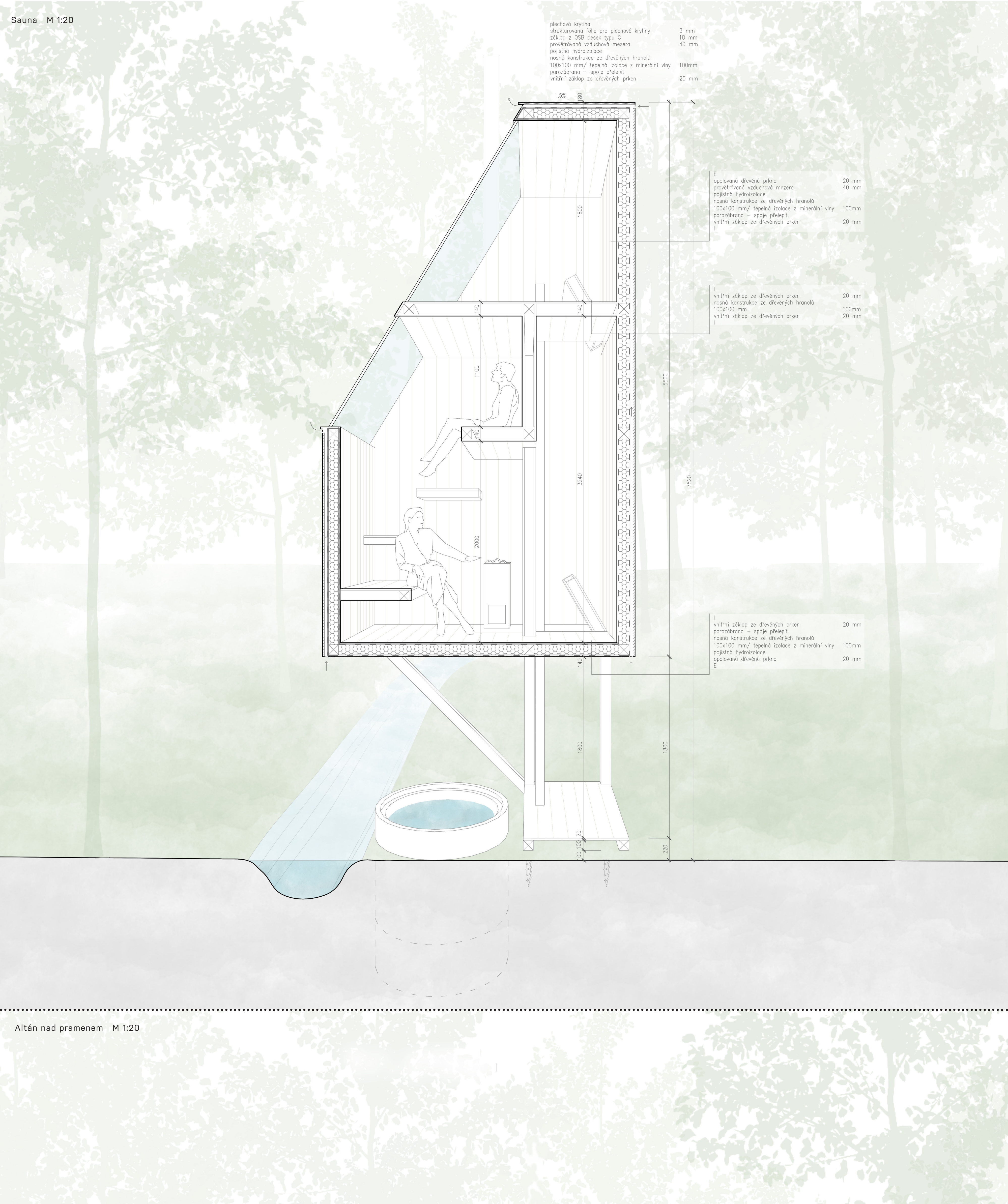
2.NP - sauna M 1:20


3100
2160
180
600
600
140
800
600
1200
700
375
2000
180

1.NP - ochlazovna M 1:20

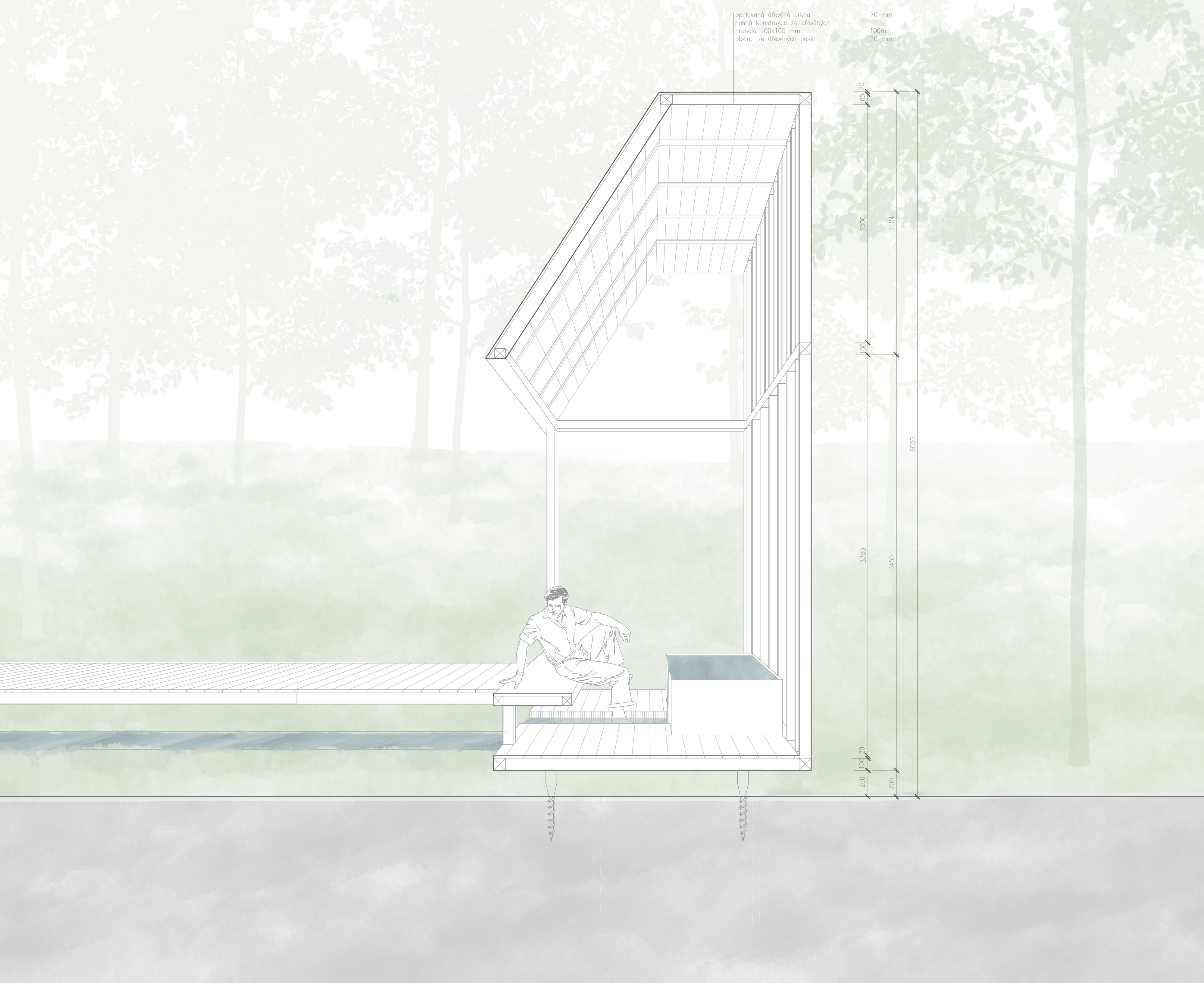

3100
2000
1100
1960
2160
120
800
120
60
700
1220
1840
2040
100
840
1040

Sauna M 1:20


plechová krytina
strukturovaná fólie pro plechové krytiny 3 mm
záklop z OSB desek typu C 18 mm
provětrávaná vzduchová mezera 40 mm
pojistná hydroizolace
nosná konstrukce ze dřevěných hranolů
100x100 mm/ tepelná izolace z minerální vlny 100mm
parozábrana – spoje přelepit
vnitřní záklop ze dřevěných prken 20 mm
1,5%
E
opalovaná dřevěná prkna 20 mm
provětrávaná vzduchová mezera 40 mm
pojistná hydroizolace
nosná konstrukce ze dřevěných hranolů
100x100 mm/ tepelná izolace z minerální vlny 100mm
parozábrana – spoje přelepit
vnitřní záklop ze dřevěných prken 20 mm
I
I
vnitřní záklop ze dřevěných prken 20 mm
nosná konstrukce ze dřevěných hranolů
100x100 mm 100mm
vnitřní záklop ze dřevěných prken 20 mm
I
I
vnitřní záklop ze dřevěných prken 20 mm
parozábrana – spoje přelepit
nosná konstrukce ze dřevěných hranolů
100x100 mm/ tepelná izolace z minerální vlny 100mm
pojistná hydroizolace
opalovaná dřevěná prkna 20 mm
E
180
1800
140
1100
2000
3240
5500
7520
1800
1800
220
100
100
20

* * *

Altán nad pramenem M 1:20


opalovaná dřevěná prkna 20 mm
nosná konstrukce ze dřevěných
hranolů 100x100 mm 100mm
obklad ze dřevěných desk 20 mm
20
100
2000
2184
100
6000
3300
3450
20
100
200
200