



# Meister der Banja.

Seit sechs Jahren bringt Benjamin Szilagyi die Gäste in der Wellness-Welt **sole uno** zum Schwitzen. Der 33-Jährige tut dies mit viel Leidenschaft – und vorzugsweise mit Birkenzweigen.

Ein Zischen erfüllt den Raum, Dampf steigt von den Aufgusssteinen auf. Der Duft von Minze erfüllt die Luft. Benjamin tunkt die Kelle erneut in den mit Wasser und Duftstoff gefüllten Kessel. «Sie sind ja pünktlich», sagt ein Gast mit ironischem Tonfall. Ein zweites Zischen. Benjamin kontert: «Gemäss meiner Rolex bin ich pünktlich.» Lautes Lachen, die Stimmung ist gelöst. Es zischt ein drittes Mal. Die Luftfeuchtigkeit steigt schlagartig. Mit einem orangenen Fächer wedelt Benjamin den Anwesenden die warme Luft ins Gesicht. Beim dritten Durchgang kneifen einzelne die Augen zusammen. Benjamin lässt sich nichts anmerken. Nur die Schweisssperlen auf seiner Haut zeugen davon, dass auch sein Körper arbeiten muss. Die Gäste klatschen, der Aufguss ist zu Ende. Beim Rausgehen bedanken sich die Besucherinnen und Besucher bei «Benni». Viele kennen ihn mittlerweile beim Namen.

## EIN OFFENES OHR.

Draussen wischt sich Benjamin mit einem Tuch den Schweiss ab. «Es ist wichtig, dass man in diesem Job eine gewisse Offenheit mitbringt», erklärt er. «Hin und wieder erzählen die Gäste von ihren Sorgen im Alltag. Da gehört es

zum Job, auch mal zuzuhören. Wenn man das kann, kriegt man aber auch sehr viel zurück.» Der Umgang mit Menschen sei einer der wichtigsten Punkte in seinem Job. Das und Sauberkeit. Immer wieder Sauberkeit. Und nicht zuletzt müsse man natürlich gut mit den hohen Temperaturen zurechtkommen. Kein Problem für Benjamin, der hier nun seit sechs Jahren arbeitet. Heute ist er während seiner Schicht für fünf Aufgüsse verantwortlich.

## 100 PROZENT NATUR.

Damit der Körper nicht zu stark strapaziert wird, liegt jeweils mindestens eine Stunde zwischen zwei Aufgüssen. Deshalb erledigt Benjamin vorerst andere Aufgaben: Böden putzen, Saunatücher wegräumen, die Öfen mit Holz befüllen. Auf dem Weg ins Lager mit den Holzscheiten passiert er eine grosse Holzhütte. «Das ist die Banja. Dort werde ich um 17.30 Uhr einen traditionellen Wenik-Aufguss machen. Die Hütte stand genauso in Russland. Sie wurde dort abgebaut und hier wieder aufgebaut.» Benjamins Augen leuchten, wenn er von der russischen Sauna spricht. Gewedelt wird in der Banja mit Birkenzweigen statt mit Fächern. «100 Prozent Natur!»



Freizeit Magazin SBB  
6003 Luzern

www.railaway.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften  
Auflage: 200'000  
Erscheinungsweise: 2x jährlich



Seite: 24  
Fläche: 102'040 mm<sup>2</sup>



Auftrag: 516017  
Themen-Nr.: 516.017

Referenz: 87021594  
Ausschnitt Seite: 2/2

### LEICHTES ESSEN.

Nach dem Auffüllen der Öfen bleibt Benjamin noch ein wenig Zeit für einen Pausensnack: ein Joghurt mit Heidelbeeren und Wasser. Auf die Ernährung legt er grossen Wert. «Man muss aufpassen, dass man nicht mit einem zu vollen Magen hier auftaucht. Das rächt sich sonst sofort.» Heisst: Schnipo liegt höchstens mal an einem freien Tag drin. Getrunken wird während der Arbeit nur Wasser. Diese Regeln befolgt er, seit er hier arbeitet. Der ausgebildete Altenpfleger las damals in einer Annonce, dass die Wellness-Welt **sole uno** einen Saunameister sucht. Nach einer eintägigen Ausbildung konnte er anfangen. Seit September 2021 ist er nun zusätzlich in der Funktion als Co-Teamleiter tätig.

### DIE BANJA.

Die Uhr steht auf 17.15. Benjamin begibt sich in den Vorraum der Banja. Liebevoll stutzt er mit einer Schere seine Birkenzweige zurecht. «Da ich hier Vollzeit arbeite, verfüge ich über meine eigenen Birkenzweige. Wer weniger arbeitet, teilt sie sich mit anderen.» So ist er selbst dafür verantwortlich, dass die Birkenzweige stets in einem guten Zustand sind. Die ersten Gäste begeben sich in die Sauna. Zum Schutz vor der Hitze setzt sich Benjamin einen Filzhut auf den Kopf. Als Letzter betritt er den fast vollen Raum. Der Wenik-Aufguss beginnt.

Der Saunameister tunkt die Birkenzweige in einen Kessel mit warmem Wasser. Mit ruckartigen Bewegungen schwingt er zwei Birkenzweige Richtung Ofen. Die Wassertropfen fallen auf die heissen Steine und verdampfen

schlagartig. Einzelne Blätter fliegen durch die Luft. Und Wasser. Viel Wasser. Eine rustikale Variante der Sauna. Doch genau das scheinen die Gäste hier zu mögen. Nun kommen die zurechtgestutzten Zweige zum Einsatz. Als Benjamin mit dem Wedeln beginnt, entfalten sie ihr Parfüm. Ein warmer Wind schmiegt sich um die Körper der Saunagängerinnen und Saunagänger. Benjamin wiederholt das Ritual dreimal.

Zum Abschluss klopf Benjamin den Gästen mit dem Zweig auf den Rücken. Natürlich nur denjenigen, die es wünschen. «Das ist gut für die Durchblutung und hinterlässt ein wohliges Gefühl», so Benjamin. Nach rund zehn Minuten ist der Zauber vorbei.

Die Gäste strömen aus der Sauna. Die Banja war für die meisten der Höhepunkt ihres Aufenthalts. Viele gehen nun nach Hause. Benjamin ist in der Hälfte seiner Schicht angelangt. Zwei Aufgüsse stehen heute noch auf dem Programm. Dazwischen putzen, aufräumen und den Besucherinnen und Besuchern einen angenehmen Aufenthalt ermöglichen. Feierabend um 22.45 Uhr. «Ich liebe meinen Job!», sagt Benjamin.



Entdecken Sie die Sauna- und Wellnesswelten der Schweiz auf [sbb.ch/wellness](http://sbb.ch/wellness).

