



# СДЕЛАЙ САМ

Единственный авторский популярный журнал

**В. В. Дрозд**  
**КЛОУДЫ**

Введение 1  
 Инструменты, материалы и оборудование 2  
 Выбор места для установки 4  
 Устройство внешнего монтажа 4  
 Технология изготовления при работе с монтажом 5  
 Дополнительные монтажи 6  
 Установка монтажей 8  
 Арматура и защитное покрытие 10  
 Изготовление арматурных элементов 11  
 Абсолютные арматурные элементы 12  
 Расчеты арматурно-бетонных конструкций 13  
 Устройство арматурных элементов 14  
 Изготовление арматурных элементов 15  
 Изготовление арматурных элементов 16  
 Изготовление арматурных элементов 17  
 Изготовление арматурных элементов 18  
 Изготовление арматурных элементов 19  
 Расчеты, монтаж, ремонт 20



# 1'89

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
«ЭНЦИКЛО»  
МОСКВА

117

117

# Нурбей Владимирович Гулиа

## «Зеркальная» сауна

*OCR: V.G.Chernovol*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=159084](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=159084)*

*«Сделай сам» № 3: Знание; М.; 1989*

# Н. В. ГУЛИА

## «ЗЕРКАЛЬНАЯ» САУНА

Говорят, что увлечение сауной сейчас в моде. Полагаю, что эта мода главным образом объясняется все возрастающим увлечением 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.