

Gör Det Själv



SVÅRIGHETSGRAD

Det är ett stort projekt som kräver mycket anpassning och fixande.

LÄTT

SVÅRT



TIDSÅTGÅNG

Den här bastun byggdes under cirka sex månader.



PRIS

Hela projektet kostar drygt 50.000 kronor.



MATERIAL

30 x 50 mm kompositreglar

- Distansreglar i väggar och tak (A)

14 x 95 mm granpanel

- Spikläkt bakom panelen (B)
- Panel i väggar och tak (C)
- Reglar på golvet (E)

22 x 120 mm sibirsk lärk

- Golvbrädor (D)

21 x 88 mm asp

- Brädor till lavar (F)

28 x 120 mm trallbrädor

- Stig på utsidan (G)

45 x 95 mm impregnerat

- Reglar under stig (I)

45 x 95 mm regler

- Stomme till bastulav (H)

Övriga material

- Kingspan Sauna-Satu isolering, med lim och skivor
- 0,2 mm ångspärnsfolie
- 4 mm plywood sågat till 10 cm breda lister
- Aluminiumtejp
- 30 x 30 cm plastgolv
- Bastudörr av glas, 70 x 190 cm
- Bastuaggregat
- Panelclips
- Skruv, spik och dyckert



SPECIALVERKTYG

- Hålsåg för betong
- Lamellskiva till vinkelslip

Glöm allt om lod, våg och räta vinklar.

Vill du också bygga en bastu i en gammal jordkällare är det kreativa anpassningar och hårt arbete som gäller. Häng med när vi visar hur ett gammalt utrymme under jord byggs om till en modern bastu.

EN 100 ÅR GAMMAL JORDKÄLLARE BLIR

MODERN BASTU



Utgångspunkten för bastun var en gammal fuktig jordkällare.

Förberedelse för bygget

Utgångspunkten för den här bastun var en gammal fuktig jordkällare, full av instängd fukt, mögel och flagnande puts på väggarna – och en massa spindelväv på både väggar och i tak.

Innan bygget kan påbörjas töms därför utrymmet helt, all fukt och gammal puts tas bort och hela utrymmet putsas om så att det blir en ren och härlig utgångspunkt att bygga bastun i.



1 **Väggar, tak och golv slipas ner helt** med en vinkelslip med lamellslipskiva innan bygget kan påbörjas. Arbetet dammar och låter mycket, så både skyddsglasögon, hörselskydd och skyddsmask krävs.



2 **Alla ytor putsas också** så att utgångspunkten blir helt rena och släta ytor att bygga vidare på.



3 **Den gamla, gjutna stigen** knackas bort för hand med en slägga. Stigen är i så dåligt skick att inte några maskiner behövs.



4 **Kabelröret för el** grävs ner i marken på utsidan och dras in i bastun. Jobbet görs i samråd med en elektriker, som kopplar in all el senare.



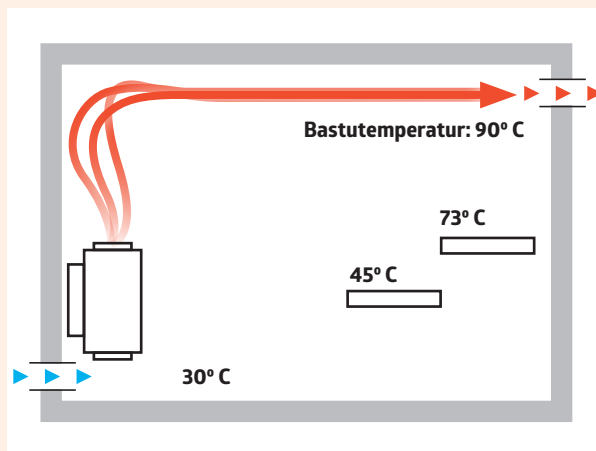
5 **På utsidan byggs en stig** av 28 x 120 mm trallbrädor (G) fram till bastun. Undertill ligger tryckimpregnerade 45 x 95 mm reglar (I).

VENTILATION I BASTU

Rätt ventilation i bastun är viktig för att aggregatet i bastun ska kunna fungera bra och för att bastun ska vara effektiv, hållbar och behaglig att befinna sig i för de som faktiskt använder den.

Det finns två sätt att ventilerar en bastu på. Båda metoderna kräver att du leder in frisk luft i bastun och att luft effektivt sugas ut ur den igen. Den moderna metoden är så kallat mekanisk, med hjälp av en fläkt. Fläkten placeras lågt på väggen, ovanför golvet, och suger ut använd, varm luft ur bastun. Frisk luft kommer in genom en ventil som placeras rakt över bastuaggregatet, eller högt upp på väggen eller i taket ovanför den, på motsatta sidan av rummet.

Den traditionella metoden är naturlig ventilation, när frisk luft sugas in långt nere i bastun, under eller i omedelbar närhet av aggregatet. Därefter ser termisk energi från ökande värme till att luften cirkulerar genom rummet, till en utluftsventil högt upp på väggen eller i taket på motsatta sidan av rummet.



Vid naturlig ventilation förs kall, frisk luft in i rummet under aggregatet, medan använd, varm luft sugas ut genom ventilen högt uppe på väggen på motsatta sidan.

Invändiga väggar och tak

Att bygga en bastu i en jordkällare är nästan som att bygga en bastu i ett kylskåp. För att förebygga problem som kan uppstå med kondens, fukt och påföljande svamp och röta, byggs det här bastuutrymmet på en stomme av kompositreglar, som tål fukt. Dessutom bildar reglarna ett ventilerat utrymme mellan den kalla jordkällarväggen och den varma innerväggen. Innerväggarna isoleras med en ångtät bastuisolering och panelen utanpå den sätts också med lite luft på baksidan.



1 **Ända in mot källarväggar och -tak** skruvas 30 x 50 mm kompositreglar (A) fast. Reglarna sätts på cirka 45 cm avstånd och placeras så att luften kan cirkulera fritt mellan dem.



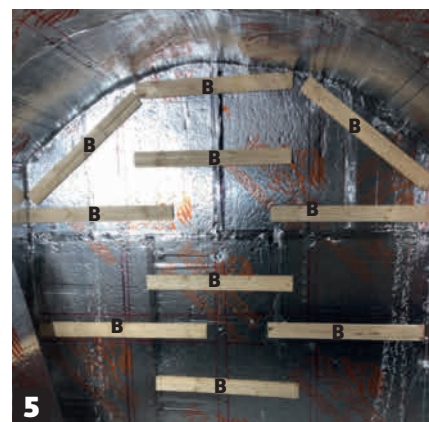
2 **Utanpå kompositreglarna (A) skruvas på** 30 mm tjocka isoleringsskivor. Alla skarvar limmas och speciella breda medföljande skivor används runt skruvarna, för att få fäste i isoleringen.



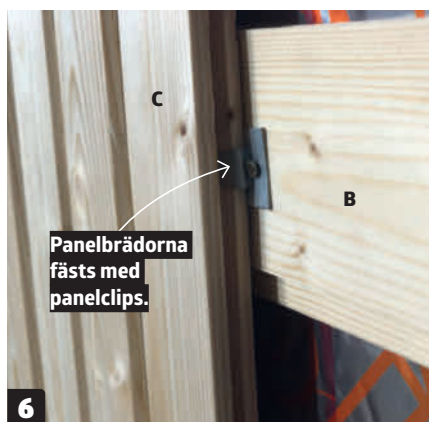
3 **Alla skarvar tejpas** med en aluminiumtejp. Isoleringsskivorna är ångtäta, med not och fjäder på alla sidor, och är gjorda speciellt för bastu.



4 **Isoleringsskivorna i taket** har skurits på tvären i en rad täta spår med en hobbykniv. Det gör skivorna så flexibla att de kan böjas längs taket. Det påverkar dock hur täta de är, och därför sätts även en plastfolie i taket.



5 **Spiklåden till panelen (B)** skruvas fast genom isoleringen och in i kompositreglarna på baksidan. De utgör underlag för bastupanelen och säkrar bra ventilation bakom den, så att den inte skadas av fukt.



6 **Väggar och tak kläs med** 14 x 95 mm panel av gran (C). Panelen fästs med så kallade panelclips på notsidan. Det ger inte några spikar eller skruvar på ytan, som annars kan bli brännheta mot ryggen i en bastu.



7 **Efter att väggarna har klätts** är det dags för taket, som kräver böjda spiklåt. Det fixas genom att såga 4 mm tjock plywood till 10 cm breda, flexibla lister som skruvas fast i reglarna under isoleringen.



8 **Bastulaven förankras i väggen** med en 45 x 95 mm regel (H), in i förstärkningen som tidigare har fästs på baksidan. Plastgolvet säkrar god ventilation mellan golvet och det kalla underlaget.

DETTA ÄR KINGSPAN BASTUISOLERING

Kingspan Sauna-Satu är en högeffektiv isolering av cellplast, som har utvecklats speciellt för bastu-väggar och bastutak, samt för andra utrymmen med begränsat med plats som ska isoleras invändigt.

Skivorna är 60 x 120 cm, och 3 cm tjocka. Kanterna har fjäder och not, och skivorna skruvas mot underlaget med skruvar med stora skivor under skruvhuvudet, så att skruvhuvudet inte tappar taget om skivorna. Dessutom limmas kanterna, både mellan skivorna och mot avslutningar vid golv, tak och vägg.

Skivorna är i sig själva ångtäta, men alla skarvar tätas med en speciell aluminiumtejp.



Kingspan Sauna-Satu har utvecklats speciellt för att användas i bastu.

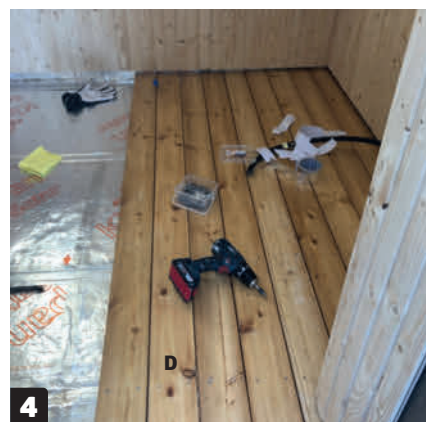
Golv, lav och aggregat

Nu är det dags för golvet, som isoleras med samma isolering som i väggar och tak. Ventilation på undersidan säkras med perforerat plastgolv, som isoleringen läggs ovanpå. På det läggs "reglar" av trallbrädor, med trallbrädor av sibirsk lärk överst.

Dessutom byggs en bastulav av asp, en innervägg sätts upp som kläs med isolering och panel, och en glasad bastudörr sätts in i väggen. Slutligen monteras bastuaggregatet, innan elektrikern kommer och kopplar in det.



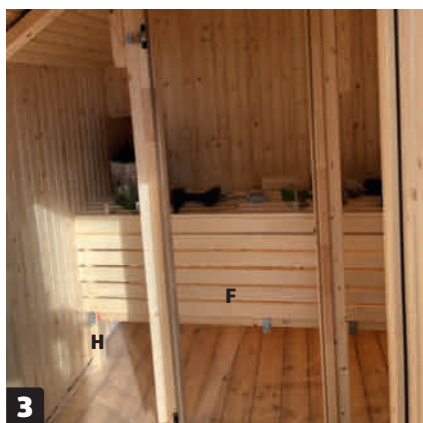
Bastupanelen (C) kapas i en rak linje längst ner för att göra plats så att isolering, regler (E) respektive trallbrädor (D) kan läggas in under panelbrädorna.



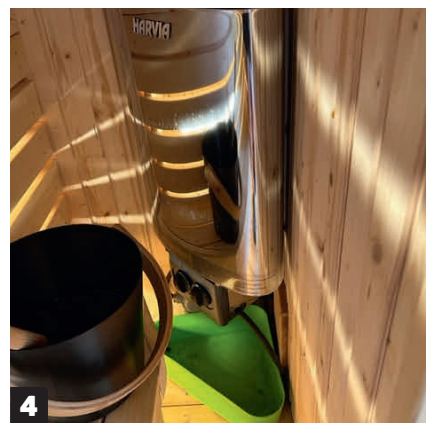
Isoleringen läggs på golvet och tejpas tät mot isoleringen på väggarna. Sedan läggs regler av trallbrädor (E) (syns inte på bilden), med trallbrädor av lärk (D) överst.

FUKT I BASTU

En bastu där det hälls vatten på aggregatet för att det ska bildas varm ånga, blir ett väldigt fuktigt rum. Men samtidigt är rummet så varmt att vatten och fukt förångas så att väggar, golv och tak torkar så snart rummet åter är fritt från ånga. Så även om fukthalten ibland är hög, så är en bastu faktiskt ett väldigt torrt utrymme. Är du noga med att göra bastun ångtät mot konstruktionen runt om, och dessutom ser till att ha luft bakom bastupanelen, är du väl skyddad mot fuktskador.



Laven i bastun byggs med en stomme av 45 x 95 mm (H), med framsida och sittyta av 21 x 88 mm asp (F). Asp passar perfekt i bastu eftersom det har låg värmeledningsförmåga och det avger inte kåda.



Det elektriska bastuaggregatet monteras i hörnet av rummet. Baljan undertill fångar upp vatten som rinner ner från aggregatet, så att det inte hamnar på golvet.