

# ARVEN-AKTIONSWOCHEN 4. bis 11. April 2025

## IHR PERSÖNLICHER GUTSCHEIN

Kommen Sie bis zum 11. April 2025 zum **Probeliegen** und überzeugen Sie sich von unseren Schlafsystemen, Matratzen und unseren weiteren Naturprodukten.

**Sparen Sie jetzt CHF 150,00**

beim Kauf eines RELAX 2000 mit Matratze und Auflage.

Aktion gültig bis 11.04.2025 bei Neuaufträgen. Kann nicht in bar abgelöst werden. Gilt nicht für bereits getätigte Einkäufe oder in Verbindung mit anderen Aktionen und Rabattierungen! Pro Einkauf ist nur ein Gutschein pro Person einlösbar. Symbolabbildung.



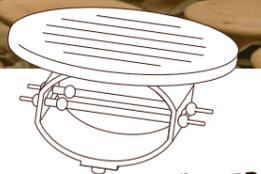
## ENDLICH NACHHALTIG GESUND SCHLAFEN

**Kommen Sie zum Probeliegen, wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

Für eine individuelle Beratung nehmen wir uns gerne viel Zeit. Termine außerhalb der Öffnungszeiten sind natürlich möglich.

**Öffnungszeiten während der Aktion:**

Montag - Freitag	13:30 - 17:30 Uhr
Samstag	10:00 - 17:00 Uhr
Sonntag	13:00 - 17:00 Uhr



3D-SPEZIALFEDERKÖRPER FÜR PERFEKTE KÖRPERANPASSUNG

## ENDLICH NACHHALTIG GESUND SCHLAFEN

ARVEN-AKTIONSWOCHEN 4. bis 11. April 2025



rückenzentrum thurgau

Ihrem Rücken zuliebe.



Rückenzentrum Thurgau GmbH  
Schützenstrasse 9  
8580 Sommeri  
Tel. +4171 640 00 40  
info@rueckenzentrum-tg.ch

rückenzentrum thurgau  
bei der  
*Schreinerei Koch*

Öffnungszeiten während der Aktion:  
Montag - Freitag 13:30 - 17:30 Uhr  
Samstag 10:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag 13:00 - 17:00 Uhr



### 3D-SPEZIALFEDERKÖRPER

Diese bieten eine flexible Einsinktiefe bis zu 70 Millimeter und damit eine **perfekte Körperanpassung** sowie **Entlastung der Wirbelsäule**. Dank der beiden Zugstangen kann das System **individuell** an Sie angepasst werden.

### VON WEICH BIS FEST

Eine **Naturlatex-Matratze** – erhältlich in verschiedenen Höhen und Festigkeiten – ermöglicht ein angenehmes Liegegefühl. Sie können einen von vier hochwertigen Bezügen wählen.

### PASST PERFEKT IN JEDES BETT

### DAS SYSTEM, DAS BEGEISTERT

Über **250.000** Konsumentinnen und Konsumenten schlafen bereits auf dem Relax 2000 Schlafsystem und bewerten es zu **98,6 % positiv**.

### ZERTIFIZIERT & AUSGEZEICHNET

### SCHLAFKLIMA

Durch **perfekte Luftzirkulation** und Abtransport von Feuchtigkeit sorgt das Schlafsystem für ein **optimales Schlafklima**.

### SO LIEGEN SIE RICHTIG

Dank der auf Sie abgestimmten Kombination aus Matratze und Tellersystem wird die **Wirbelsäule entlastet** und Schlafprobleme, Schmerzen und Schwitzen werden verhindert. **Ideal für Seitenschläfer**: Die optionale Komfort-Schulterzone.

### FÜR KOPF- UND NACKEN

Damit auch Ihre Halswirbelsäule entspannen kann, finden Sie bei uns eine Auswahl an **idealen Kissen** – individuell an Ihre Bedürfnisse **anpassbar**.

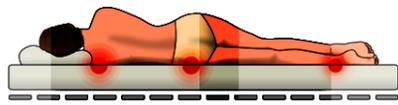
### SCHADSTOFFGEPRÜFTE PRODUKTE

### 10 JAHRE GARANTIE

(Garantiebestimmungen: relax.eco/garantie)

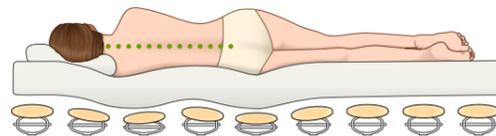


## WARUM RELAX 2000? EINFACH ERKLÄRT!



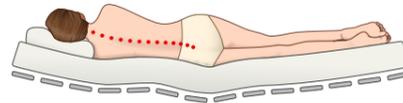
### ZU HART

Die Fehlstellung der Wirbelsäule und Druckpunkte führen zu Schmerzen und Problemen.



### DIE PERFEKTE LÖSUNG

Perfekte Körperanpassung in jeder Position führt zu einer **geraden Wirbelsäule** und sich füllenden Bandscheiben.



### ZU WEICH

Die Wirbelsäule hängt durch, die Bandscheiben verkannten und können nicht regenerieren.

## GESUND SCHLAFEN. BESSER LEBEN.

Wenn wir schlafen erholt sich unser Körper von den Strapazen des Alltags. Dabei schüttet unser Körper Wachstumshormone für die Zellteilung und Zellneubildung aus und regeneriert sich dadurch. Ausreichend gut zu schlafen, stärkt auch unser Immunsystem. Menschen, die unter chronischem Schlafmangel leiden, werden häufiger krank, wie in einer Studie bestätigt wurde.<sup>3</sup> Weiters weiß man, dass durch zu wenig Schlaf das Risiko für Stoffwechselerkrankungen, koronare Herzerkrankungen, Herzinfarkte und Schlaganfälle sowie an Alzheimer zu erkranken um bis zu hundert Prozent steigen kann. Auch die Leistungsfähigkeit wird bei Schlafmangel deutlich beeinträchtigt. Daher ist eine gesunde Schlafumgebung und vor allem die richtige Schlafstätte entscheidend.

### TIPPS FÜR EINE GESUNDE SCHLAFUMGEBUNG

- ✓ Raumtemperatur: 18 Grad ideal für guten Schlaf
- ✓ Luftfeuchtigkeit: Trockene Luft vermeiden - vor dem zu Bett gehen gut durchlüften
- ✓ Pflanzen verbrauchen Sauerstoff und strömen Kohlendioxid aus – daher raus aus dem Schlafzimmer
- ✓ Schlafrhythmus einhalten – versuchen Sie regelmäßig, möglichst zu den gleichen Zeiten, zu schlafen
- ✓ Vermeiden Sie Stress
- ✓ Kommen Sie zur Ruhe – idealerweise bereits eine Stunde bevor Sie zu Bett gehen
- ✓ Schweres Essen, Alkohol, Koffein und Nikotin, aber auch Sport oder spannende Filme am Abend vermeiden



## DIE ZIRBE – KÖNIGIN DER ALPEN

Bereits vor 12 Jahren kam eine Studie<sup>1</sup> zum Ergebnis, dass der Schlaf in einem Zirbenbett zahlreiche positive Auswirkungen auf den Menschen hat. Zirbenholz verbessert den Schlaf, beruhigt und macht uns freier und gelöster. Es senkt die Herzschlagfrequenz und erhöht den Vagustonus – so die Erkenntnisse dieser Studie<sup>1</sup>.

Univ.Prof. Dr. Maximilian Moser erzählt in seinem Buch<sup>2</sup> über die Zirbe: „Eine ganzheitliche Sicht der Wirkung zeigt, dass die Nutzung des Gesamtmaterials, zum Beispiel als Massivholzbett, einen optimalen Effekt hat.“

Neben dem Relax 2000 Schlafsystem und einer großen Auswahl an Massivholzbetten, finden Sie bei uns auch Zirbenkissen, -auflagen und -decken sowie zahlreiche weitere Zirbenprodukte.



(1) Diese Studie ist nicht als wissenschaftlich fundierte Studie anerkannt, allerdings veröffentlicht in International Journal of Environmental Research and Public Health <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/18/9749> (3) Die Kraft der Zirbe, 192 Seiten, Verlag: Servus, ISBN-13: 978-3710402029 (3) Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. - <https://www.lzg-rlp.de/de/event/guter-schlaf-energiequelle-in-schweren-zeiten.html> - zuletzt abgerufen: 07.11.2022



### Mehr zum Thema gesund schlafen?

Fordern Sie weitere Informationen zum gesunden Schlaf oder unseren Produkten einfach und bequem online an.

[relax2000.eu/thurgau](https://relax2000.eu/thurgau)