

## Wissenwertes zum Relax 2000 Schlafsystem

### Schlafstudie bestätigt positive Wirkung des Relax 2000

Eine aktuelle Studie des Zentrums für Schlafmedizin in Berlin, von der RELAX Natürlich Wohnen GmbH und corpus linea in Auftrag gegeben, belegt die positiven Auswirkungen der Bettqualität auf den Liegekomfort und damit eine verbesserte Schlafqualität. Die Studie wurde über einen Zeitraum von 12 Wochen an 100 Probanden im Alter von 35 bis 80 Jahren durchgeführt, die jeweils nach 1-3 Nächten Schlaf im Schlaflabor zu ihrem Liegekomfort befragt wurden.

98 Prozent der Probanden zeigten sich mit dem Liegekomfort zufrieden bzw. sehr zufrieden. Der Härtegrad der Matratze wurde von 80 Prozent als „genau richtig“ bewertet. Die Mehrheit der Probanden bestätigte, dass sich die Matratze dem Körper sehr gut anpasst und Becken und Schultern optimal abstützt.

#### Zufriedenheit mit dem RELAX 2000 Schlafsystem

Zustimmung in Prozent:

Erhöhter Liegekomfort **88%**

Verbesserung der Schlafqualität **94%**

Patientenbefragung nach 1-3 Nächten im Schlaflabor zu Ihrem Liegekomfort. Befragt wurden 100 Testpersonen im Alter von 35 – 80 Jahren.



Experte:  
Dr.med Ralf Warmuth  
Zentrum für Schlafmedizin Berlin

### Die 10 Gebote des gesunden Schlafens

- ✓ 20 % mehr Entspannung beim Schlaf auf Naturprodukten als auf synthetischen Materialien
- ✓ Achten Sie auf das richtige Schlafklima – gelüftete, dunkle und ruhige Umgebung
- ✓ Achten Sie auf die Anpassungsfähigkeit Ihres Bettes, ein zu festes Bett verhindert die Durchblutung
- ✓ Metallfreie Betten sorgen für ein strahlungsarmes Schlafen
- ✓ Einbau von Netzfreischaltung bietet einen von elektrischen Einflüssen freien Raum
- ✓ Nicht überreizt zu Bett gehen – vorher 30 Minuten entspannen
- ✓ Alkohol, Rauchen und Essen vor dem Schlafen wirken aufreizend und schlafstörend
- ✓ Das Bett nur zum Schlafen benutzen – kein Fernsehen, kein Essen – somit verbindet man das Bett nur mit Schlafen
- ✓ 90 Minuten-Rhythmus (eine Tief-Hoch-Tief-Schlafphase) einhalten, nach 4 – 5 Stunden nur leichter Schlaf
- ✓ Regelmäßige Schlafintervalle einhalten – man fühlt sich morgens entspannter

### Ihre persönliche Schlafanalyse

Investieren Sie zwei Minuten, um festzustellen, ob Sie möglicherweise ein Schlafproblem haben. Beantworten Sie mindestens zwei dieser Fragen mit JA, vereinbaren Sie am besten umgehend eine unverbindliche und kostenlose Schlafberatung mit uns.

Ich habe öfters Verspannungen im Hals-Nacken-Bereich.  Ja  Nein

Am Morgen habe ich Rückenschmerzen, die nach 1-2 Stunden wieder vergehen.  Ja  Nein

Tagsüber fühle ich mich oft müde und erschöpft.  Ja  Nein

Ich schlafe öfter als zweimal pro Woche schlecht ein.  Ja  Nein

Ich erwache öfter als zweimal pro Woche mitten in der Nacht und kann dann schlecht wieder einschlafen.  Ja  Nein

Je nach Jahreszeit friere oder schwitze ich in meinem Bett.  Ja  Nein

Ich vermute, dass mein Schlafplatz durch Elektromog belastet ist.  Ja  Nein

Meine Matratze oder mein Schlafsystem ist älter als 12 Jahre.  Ja  Nein

Ich bin Bauchschläfer/in und habe dadurch Probleme mit dem richtigen Liegen und Schlafen.  Ja  Nein

Ich habe oder hatte Rückenprobleme oder einen Bandscheibenvorfall.  Ja  Nein

# FRÜHJAHRSAKTION

## vom 22. März bis 16. April 2022

## GUTSCHEIN

Sie sparen jetzt € 150,00

beim Kauf eines RELAX 2000 mit Matratze und Auflage.



Aktion gültig bis 16. April 2022 bei Neuaufträgen. Gilt nicht für bereits getätigte Einkäufe. Kann nicht in bar abgelöst werden. Gilt nicht in Verbindung mit anderen Aktionen und Rabattierungen! Pro Einkauf ist nur ein Gutschein pro Person einlösbar. Symbolabbildung.

### Ihr Expertenteam



N. Senkic



A. Kleynewegen



S. Bleisch-Welteke



T. Hanke



M. Gehler

Die kompetenten Schlafberater von Möbelhaus Welteke freuen sich auf Ihren Besuch. Um Wartezeiten zu vermeiden, sichern Sie sich einen Termin unter Tel. 0202-260 860.



Schlaf dich fit!



Das original SCHLAFSYSTEM für Ihren gesunden Schlaf.

98,6 % der Konsumenten bewerten das Relax 2000 positiv.

Natürliche und schadstoffgeprüfte Qualitätsprodukte.

Verschiedene Ausführungen und in Zirbe oder Buche erhältlich.

Bekannt aus  
Rundfunk und TV  
Werbespot online sehen:  
welteke.de/tv.html



# FRÜHJAHRSAKTION

## vom 22. März bis 16. April 2022

Das richtig gute  
Möbelhaus



Jesinghauser Straße 1+5 • 42389 Wuppertal-Langerfeld  
Tel. 0202 60 60 60 • info@welteke.de

Montag - Freitag: 9:30 - 19:00 Uhr  
Samstag: 9:30 - 16:00 Uhr

Seit 5 Generationen  
IHR Möbelhaus  
mit Herz & Leidenschaft fürs Einrichten.



## Bettssystem Relax 2000 aus Zirbenholz



Zertifiziert durch  
IGR  
Institut für Gesundheit  
und Ergonomie  
www.igr-ev.de

Das Herzstück des einzigartigen Systems sind die Spezialfederkörper. Diese ermöglichen eine flexible Einsinktiefe bis zu 70 Millimeter und gewährleisten damit eine perfekte Körperanpassung sowie die Entlastung der Wirbelsäule während des Schlafs. Dank der Spezialfederkörper lässt sich Ihr Relax 2000 Schlafsystem mit wenigen Handgriffen auf Ihre persönlichen



Bedürfnisse und individuellen Schlafgewohnheiten einstellen; selbst eine Anpassung der Schulter- und Beckenentlastung ist rasch vorgenommen. Die gänzlich unbehandelten Massivholzteller, wahlweise aus Zirben- oder Buchenholz aus nachhaltiger Forstwirtschaft gefertigt, bringen ein weiteres Stück Natur in das Schlafzimmer.

### Besonderheiten & Vorteile des Relax 2000

- ✓ hervorragender Luftaustausch & Feuchtigkeitsabtransport
- ✓ dauerhaft perfekte Körperanpassung
- ✓ volle Elastizität der Matratze über 10 Jahre und länger
- ✓ optimale Entspannung der Wirbelsäule und Erholung für die Anforderungen des Alltags
- ✓ nur gesundheitlich unbedenkliche Materialien im Einsatz
- ✓ optimaler Härtegrad – tiefes Einsinken, hartes Liegen und daraus resultierende Schlafprobleme und Schwitzen werden verhindert
- ✓ die Interessengemeinschaft der Rückenschullehrer e.V. (IGR) zertifiziert das Schlafsystem als „rundum empfehlenswert“
- ✓ das Relax 2000 bietet seit 20 Jahren unübertroffene Schlaf-ergonomie für über 200.000 Konsumentinnen und Konsumenten.
- ✓ 10 Jahre Herstellergarantie  
lt. Garantiebestimmungen unter relax.eco/garantie

### Verspannungen im Schulterbereich?

Die **Komfort-Schulterzone** des Relax 2000 Schlafsystems gewährleistet noch entspannteres Schlafen. Mit einer optimierten Einsinktiefe von zusätzlich 50 mm wird die Wirbelsäule noch besser entlastet und wirkt so nachhaltig gegen Verspannungen im Schulterbereich. Seitenschläfer wissen die Komfort-Schulterzone des Relax 2000 Schlafsystems besonders zu schätzen.

- ✓ ideal für Seitenschläfer
- ✓ ohne Metall
- ✓ 50 mm zusätzliche Einsinktiefe
- ✓ mehr Komfort



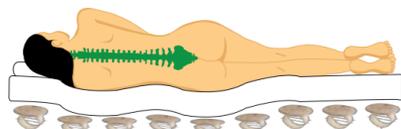
### Schlafen Sie gesund?

Neben der Schlafdauer ist die Schlafqualität von entscheidender Bedeutung für einen tiefen, erholsamen Schlaf. Wer sich morgens gerädert fühlt, obwohl er genug geschlafen hat, oder mit Rückenschmerzen und verspanntem Nacken aufwacht, sollte seine Schlafstätte genauer unter die Lupe nehmen. Eine natürliche Schlafumgebung ermöglicht dem Körper während der Nacht die benötigte Entspannung.



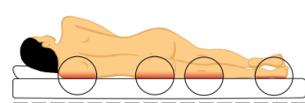
#### ZU WEICH

Die Wirbelsäule hängt durch, die Bandscheiben verkanten.



#### PERFEKTE KÖRPERANPASSUNG

Die Wirbelsäule bildet eine Gerade, die Bandscheiben können sich wieder optimal mit Flüssigkeit füllen.



#### ZU HART

Führt zu Fehlstellungen und Blockierung der Wirbelkörper.

## Das sagen unsere Kunden

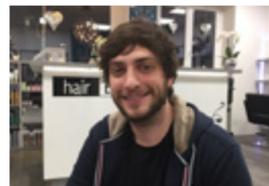


Ich bin so glücklich mit meinem neuen Relax-Bett und dem Massivholzzimmer. Nachdem ich jahrelange Schlafstörungen hatte, konnte ich nach kurzer Zeit wieder tief und fest schlafen. Wenn ich nachts mal wach werde, schlafe ich nun schnell wieder ein. Ich liebe den Zirbenduft in meinem neu gestalteten Ruhetempel. Ich bin total begeistert.

Regina Skercevic, Wuppertal

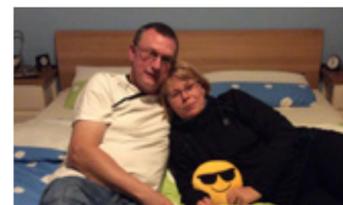
Wir haben das Relax-Bett nun schon seit 2013 und haben seither keine Rückenschmerzen mehr. Wenn wir das gewusst hätten, wie gut wir liegen und schlafen, hätten wir das Bett schon früher gekauft. Wir freuen uns morgens nach dem Aufstehen wieder auf unsere Wohlfühl-Oase am Abend. 2017 haben wir unserem Sohn auch ein Relax-Bett zu Weihnachten geschenkt. Er findet es auch super.

Achim und Christine Meyer, Schelm



Wir haben das neue Bett seit Ende Oktober 2017. Meine Rücken-, Schulter- und Nackenschmerzen sind seitdem weg. Durch die gute Belüftung des Tellersystems brauche ich jetzt auch nichtmehr so schwitzen. Wir können beide endlich wieder durchschlafen und fühlen uns total wohl.

Simon Felgenträger (Friseurmeister)



Seit wir unsere Relaxbetten haben, freuen wir uns in jedem Urlaub auf unsere Betten zu Hause. Wir sind total glücklich und stehen jeden Morgen erholt auf.

Petra und Fabian Bügemannkemper, Schwelm



Wir haben unser Relaxbett schon seit 2009 und wir lieben es so sehr, dass wir es sogar zur Mittagspause nutzen. Für den gesunden Schlaf haben wir uns sogar die Diamantenausstattung gegönnt. Anschließend sind wir immer richtig erholt.

Martina und Georg Wingender, Wuppertal

Wir hatten die letzten 20 Jahre ein Wasserbett und wegen unserer permanenten Rückenschmerzen musste wir uns was neues überlegen. Mit dem Relax 2000-System sind wir super zufrieden. Keine Schmerzen mehr und wir können endlich wieder durchschlafen. So ein bisschen fehlt uns die Einstiegswärme im Bett und wir können jetzt nicht mehr bei minus 10 Grad bei offenem Fenster schlafen. Dafür sind wir schmerzfrei und schlafen einfach gut. Auch unsere Katze findet unser Bett toll! Ausserdem sparen wir jetzt auch noch Strom und tun was für unsere Umwelt.

M. Pokorra



## Die Zirbe bringt Erholung im Schlaf



Dass die Zirbe positive Eigenschaften auf den Menschen haben kann, ist im Alpenraum kein Geheimnis, sondern seit Jahrhunderten bekannt. Bereits vor über 12 Jahren konnte Univ. Prof. Dr. Maximilian Moser in einer Studie nachweisen, dass der Schlaf in einem Zirbenbett zahlreiche positive Auswirkungen auf den Menschen hat. Zirbenholz verbessert den Schlaf, beruhigt Menschen und macht sie gleichzeitig freier und gelöster, es senkt die Herzschlagfrequenz und erhöht den Vagustonus – so die Erkenntnisse einer umfang-

reichen Zirbenstudie. Zirbenholz besitzt eine ganze Reihe von außergewöhnlichen, objektiv und subjektiv feststellbaren Eigenschaften, die zusammen den Reiz der Zirbe ausmachen. Eine ganzheitliche Sicht der Wirkung zeigt, dass die Nutzung des Gesamtmaterials, zum Beispiel als Massivholzbett, einen optimalen Effekt hat.

(Auszug aus dem Buch „Die Kraft der Zirbe“ von Univ. Prof. Dr. Maximilian Moser)

### Neben Massivholzbetten und dem Relax 2000 Schlafsystem erhalten Sie bei uns auch folgende Zirbenprodukte.

#### Die Kraft der Zirbe



Das Buch wird nicht nur Wissenschaftlern sondern jedem, der sein Wissen rund um diesen Baum erweitern möchte, empfohlen. Es besticht durch seine hochwertige Machart, ist mit vielen Bildern versehen und in einer aufgelockerten, verständlichen Sprache formuliert.

Gebundenes Buch von Univ. Prof. Dr. Maximilian Moser  
192 Seiten, Verlag: Servus, ISBN-13: 978-3710402029  
€ 28,00

#### Schneidbrett aus Zirbe

Das Schneidbrett besteht aus massiver Zirbe. Durch die Maserung ist jedes Brett ein Unikat.

Schneidbrett in zwei Größen:  
oval 35 x 20 cm | € 20,90  
rechteckig 29 x 16 cm | € 15,60



#### Zirbenbrotdose

Die Zirbenbrotdose hält Ihr Brot und Gebäck länger frisch – eine optimale Luftzirkulation ist gewährleistet. Zirbenholz kann die Feuchtigkeit besser regulieren als andere Materialien.

Größe: 21 x 30 x 14 cm | € 125,00



#### Zirbenkissen

Das mit Zirbenflocken gefüllte Kissen harmonisiert das allgemeine Wohlbefinden und verbreitet einen angenehmen und wohltuenden Duft. Es vermindert Motten und Bakterien.

Größe: 40 x 40 cm | € 32,00



#### Zirbenöl 20 ml

Das 100% reine ätherische Öl verbreitet einen angenehmen und wohltuenden Duft.

Inhalt: 20 ml | € 16,70



#### Zirben-Flüssigseife

Mit reinem ZIRBENÖL aus biologischem Anbau bringt diese ausgleichende Pflege für die Haut. Bio-Zirbelkieferöl regt die Durchblutung der Haut an und reinigt dabei sanft und zuverlässig die Hände.

Inhalt: 295 ml | € 12,90

Alle Preise in Euro, inkl. gesetzlicher MwSt. Änderungen vorbehalten.