# **AKTIONSWOCHEN**

Kommen Sie bis zum 6. April 2024 zum **Probeliegen** und überzeugen Sie sich von unseren Schlafsystemen, Matratzen und unseren weiteren Naturprodukten.

### Sie sparen jetzt € 150,00

beim Kauf eines RELAX 2000 mit Matratze und Auflage.

### Sprechen Sie uns gerne auf die monatliche Teilzahlung an!

Aktion gültig bis 06.04.2024 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.

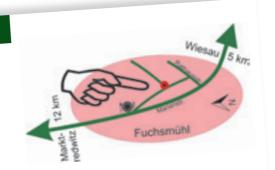






## SO FINDEN SIE ZU UNS

Nowak Natur
Carl-Ulrich-Straße 6
95689 Fuchsmühl
Tel. 09634 91350
info@nowak-natur.de
www.nowak-natur.de



Montag - Freitag: 9:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 18:00 Uhr • Samstag: 9:30 - 12:30 Uhr



Dürfen wir Sie zum Probeliegen begrüßen? Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Wolfgang Nowak
Ihr kompetenter Partner
in Sachen "gesunder Schlaf"



### Das sagen unsere Kunden

Vor 2 Jahren habe Ich mir bei Nowak Natur ein Zirbenbett u. ein Relax 2000 + Naturlatexmatratze Sinfonie mit waschbaren Bezug gekauft.Ich liege wie auf Wolken und kann dieses Schlafsystem wärmstens empfehlen. Wenn Ich ins Schlafzimmer gehe riecht es so angenehm nach Zirbe.

Lydia Guth aus Fuchsmühl

Roswitha und Andreas Eckert aus Plößberg



Wir wurden im Dezember 2023 durch einen Flyer aufmerksam auf das RELAX 2000-System und haben uns nach einer fundierten Beratung durch Herrn Nowak zum Kauf entschlossen. Von der vom Hersteller erwähnten möglichen Umgewöhnungsphase haben wir nichts bemerkt, im Gegenteil, wir konnten von der ersten Nacht an den erholsamen Schlaf genießen.

Nach einer sehr guten fachlichen Beratung haben wir uns 2023 bei Nowak Natur ein metallfreies Holzbett mit dem Schlafsystem Relax 2000 gekauft. Wir sind von der Schlafkombination total begeistert und freuen uns über unser neues Schlafsystem.

Beate und Jürgen Schärl aus Fuchsmühl



# Schlaf dích fít!





# "Schlaf dich fit mit Bettgeschichten!"

AKTION vom 20. März bis 6. April 2024



Carl-Ulrich-Straße 6 • 95689 Fuchsmühl • Tel.: 09634 91350 • info@nowak-natur.de Öffnungszeiten: Montag - Freitag: 9:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 18:00 Uhr • Samstag: 9:30 - 12:30 Uhr

www.nowak-natur.de

### Bettsystem Relax 2000 für Ihren gesunden Schlaf

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 Zirbe, Buche oder der alpenländischen RELAX Kiefer® gefertigt, bringen ein weiteres Stück Natur in das Schlafzimmer.



### Besonderheiten & Vorteile des Relax 2000

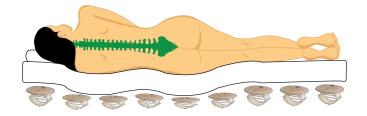
- ✓ hervorragender Luftaustausch & Feuchtigkeitsabtransport
- dauerhaft perfekte Körperanpassung
- ✓ volle Elastizität der Matratze für über 10 Jahre und länger
- ✓ optimale Entspannung der Wirbelsäule und Erholung für die Anforderungen des Alltags
- ✓ nur gesundheitlich unbedenkliche Materialien im Einsatz
- 10 Jahre Herstellergarantie (Garantiebestimmungen: relax.eco/garantie)

- ✓ optimaler Härtegrad tiefes Einsinken, hartes Liegen und daraus resultierende Schlafprobleme und Schwitzen werden verhindert
- ✓ die Interessengemeinschaft der Rückenschullehrer e.V. (IGR)
- ✓ das Relax 2000 bietet seit über 20 Jahren unübertroffene Schlaf-

## zertifiziert das Schlafsystem als "rundum empfehlenswert"

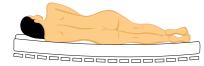
- ergonomie für über 250.000 Konsumentinnen und Konsumenten.
- ✓ optional: Komfort-Schulterzone mit zusätzlich 50 mm Einsinktiefe - ideal für Seitenschläfer

### Liegen Sie gesund?



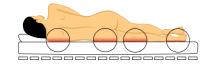
### PERFEKTE KÖRPERANPASSUNG

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



### **ZU WEICH**

Die Wirbelsäule hängt durch, die Bandscheiben verkanten



### **ZU HART**

Führt zu Fehlstellungen und Blockierung der Wirbelkörper.

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.

Zentraler Punkt beim Thema Gesundes Schlafen ist die Ergonomie: Wer sich im Bett ständig verrenken muss, weil die Matratze zu weich oder zu hart ist, wird während seiner Schlafperioden wenig Erholung finden. Wer dagegen seine Wirbelsäule im Schlaf entlasten kann, für den fängt der sprichwörtliche "Gute Morgen" schon in der Nacht an.

Die optimale Schlafunterlage muss entlasten und gleichzeitig stützen. Matratze und Bettsystem müssen sich punktelastisch anpassen. Denn während des Schlafens ändern wir unsere Haltung zwischen 30 und 60 mal. Nur wenn das Rückgrat in eine natürliche, entspannte Position kommt, können sich die Bandscheiben richtig regenerieren.

### Das sagen unsere Kunden

Ich habe mir 2020 bei Wolfgang Nowak ein metallfreies Zirbenbett gekauft. Ich bin total begeistert von meinem Bett und der Kombination Tellerrost Relax 2000 der individuell auf härte einstellbar ist und die 7-Zonenkern Matratze. Für mich ist es wichtig, dass kein Weichmacher in der Matratze vorhanden ist. Ich hatte eine super Beratung und Service! Hier stimmt einfach alles! Das Bett duftet himmlisch nach Zirbe und auf der Matratze die auf dem Tellersystem auffliegt, schläft man wie auf einer Wolke! Es ist insgesamt ein wundervolles Bett . Ich bin hochzufrieden und kann "Nowak Natur" nur weiter empfehlen!



Angela Kraus Ganzheitliche Gesundheits-und Ernährungsberaterin aus Fuchsmühl

Wir haben im Herbst 2023 das Schlafsystem "Relax 2000" bei Wolfgang Nowak gekauft und möchten es seitdem nicht mehr missen. Der Tellerlattenrost mit Schulterabsenkung, die dafür abgestimmte Matratze aus Naturlatex und nicht zuletzt der herrliche Duft der Zirbe, garantieren in jeder Lage einen erholsamen Tiefschlaf. Wolfgang wir danken dir für die ausführliche und gute Beratung." Ingrid und Edmund Wegmann aus Speichersdorf

Durch ein kleines Probeliegen auf einer Messe wurden wir auf nowak-natur aufmerksam. Vor einigen Jahren haben wir dann in Wolfgangs Geschäft noch mal viele Lattenrost / Matratzen - Kombinationen in Ruhe ausprobiert und uns für das System Relax 2000 mit Schulterabsenkung entschieden. Die einzeln und ganz individuell einstellbaren gefederten Teller aus Zirbenholz haben sich seitdem bestens bewährt. So sind wir immer noch vollauf zufrieden damit und können das zu 100% weiter empfehlen. Danke noch mal für die wirklich sehr geduldige und kompetente Beratung, das hat sich gelohnt.



Yvonne und Olaf Dalle aus Naila

Durch einen Flyer wurden wir auf nowak-natur aufmerksam. Vor einigen Jahren haben wir dann bei Wolfgangs im Geschäft viele Lattenrost / Matratzen Kombinationen ausprobiert und uns für das System Relax 2000 entschieden. Die einzeln gefederten Teller aus Zirbenholz waren uns wichtig und haben sich seitdem bestens bewährt. Wir können das Relax 2000 zu 100% weiter empfehlen. Danke für die sehr geduldige und kompetente Beratung.

Christina und Sebastian Schmuck aus Nagel







### 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 kam Univ. Prof. Dr. Maximilian Moser in seiner Studie<sup>2</sup> zu dem Ergebnis, 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 dieser Studie<sup>2</sup> bezogen auf Zirbenmassivholz. Univ.Prof. Dr. Maximilian Moser erzählt in seinem Buch<sup>3</sup> über die Zirbe: "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."

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) 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 (2) 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,