

AKTIONSWOCHEN

Kommen Sie bis zum 18. Mai 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 Kissen.

Aktion gültig bis 18.05.2024 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.



Schlaf dich fit!



RELAX 2000

Ein guter Morgen beginnt mit einer guten Nacht! AKTIONSWOCHEN vom 30. April bis 18. Mai 2024



Lothar Gruber
Schreinermeister
Form- und Raumgestalter (FA)



Renate Brandl
Expertin für Ergonomie &
Rückengesundheit AGR e.V.
Fitnessfachwirt IHK



Jetzt QR-Code scannen und uns kennenlernen!



www.gruber-schreinerei.de



3D-Spezialfederkörper für
perfekte Körperanpassung

Das original SCHLAFSYSTEM mit 3D-Spezialfederkörpern.

98,6 % der Konsument:innen bewerten das Relax 2000 positiv.

Natürliche und geprüfte Qualitätsprodukte.



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



ENDLICH GESUND SCHLAFEN

AKTIONSTAGE vom 30. April bis 18. Mai 2024

Gruber Schreinerei & Raumkonzepte

Zengerstraße 41
92439 Altenschwand
Tel. 09434 90 20 49
info@gruber-schreinerei.de
www.gruber-schreinerei.de



GRUBER
SCHREINEREI & RAUMKONZEPTE

Öffnungszeiten (ohne Voranmeldung):

Mittwoch und Freitag
von 9:00 - 17:00 Uhr
Samstag (außer 4. Mai)
von 10:00 - 16:00 Uhr
oder mit individueller
Terminvereinbarung

Zengerstraße 41 | 92439 Altenschwand | Tel. 09434 90 20 49 | info@gruber-schreinerei.de
Öffnungszeiten (ohne Voranmeldung): Mi. und Fr. von 9:00 - 17:00 Uhr | Sa. von 10:00 - 16:00 Uhr (außer 4. Mai)
oder mit individueller Terminvereinbarung

www.gruber-schreinerei.de

Bettssystem 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) zertifiziert das Schlafsystem als „rundum empfehlenswert“
- ✓ das Relax 2000 bietet seit über 20 Jahren unübertroffene Schlaf-ergonomie für über 250.000 Konsumentinnen und Konsumenten.
- ✓ optional: Komfort-Schulterzone mit zusätzlich 50 mm Einsinktiefe – ideal für Seitenschläfer

Das sagen unsere Kunden

Karl-Heinz Kamm aus Maxhütte-Haidhof

Ich leide schon seit längerem unter Nacken- und Schulterbeschwerden. Habe auch schon eine Schulter-OP hinter mir. Letztes Jahr dann habe ich einen Flyer der Schreinerei Gruber gelesen, wo das Schlafsystem Relax 2000 beworben wurde. Da ich schon den Verdacht hatte, dass unsere Lattenroste/Matratzen die Beschwerden verstärken könnten, habe ich mit Hr. Gruber einen Beratungstermin vereinbart. Bei diesem Termin wurden wir dann sehr nett und vor allem sehr kompetent über die Eigenschaften und die Wirkungsweise des Schlafsystems von dessen Ehefrau, Fr. Brandl, beraten. Bei Liegeproben konnten wir uns sofort von der Wirksamkeit des Systems und der Qualität der verwendeten Materialien überzeugen. Aufgrund der tollen Beratung, die uns überzeugte, haben wir uns dann entschlossen, zwei Systeme anzuschaffen. Seit ca. drei Wochen schlafen wir nach einer kurzen Eingewöhnungszeit sehr gut. Meine Nacken- und Schulterbeschwerden haben sich schon gebessert. Darum können wir sowohl dieses Schlafsystem als auch die Schreinerei Gruber guten Gewissens weiterempfehlen.

Susanne Schwarzfischer aus Reichenbach:

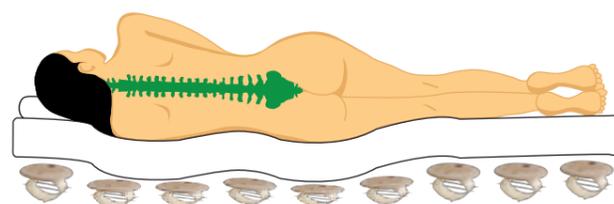
Jeden Morgen das gleiche Spiel! Eine unruhige Nacht mit Schmerzen hinter mir und beim Aufstehen fühlte ich mich wie 40 Jahre älter! Steife Muskeln und Knochen und alles tat weh! Ausgeruht? Fehlanzeige! Ein Standardlattenrostbett war wohl nix für mich! Deshalb war mir klar ich muss was ändern. Umso mehr hab ich mich gefreut, als ich zufällig die Anzeige der Schreinerei Gruber in einer regionalen Monatszeitung gefunden habe. Im Vorfeld hatte Frau Brandl darauf hingewiesen, dass wir uns mindestens zwei Stunden Zeit nehmen sollten. Und die Zeit wurde auch ausführlich genutzt. Zuerst hatte uns Frau Brandl in das Thema Zirbenholz und das Bettssystem RELAX2000 eingeführt. Kompetent hat sie alle meine, doch zuweilen sehr intensiven, Fragen beantwortet. Aber zugegebenermaßen war ich doch etwas skeptisch ob ein weiteres Bettssystem nun endlich meine Schmerzen lindern könnte. Dann durfte ich mich zum ersten Mal auf das Bett legen. Das war eine komplett andere Erfahrung, als alle Bettssysteme die ich vorher ausprobiert hatte. Ehrlich gesagt hatte ich etwas zu kämpfen um nicht einzuschlafen, so wohl fühlte ich mich auf dem Bett! Ich war total begeistert! Nach einer angemessenen Lieferzeit wurde das Bettssystem bei uns zuhause montiert. Normalerweise lese ich vor dem Schlafen noch einige Zeit. Aber diesmal fielen mir schon nach kurzer Zeit die Augen zu und ich schlief schnell ein. Am nächsten Morgen wachte ich zum ersten Mal nach sehr sehr langer Zeit wieder ausgeruht und SCHMERZFREI auf! Ich war hin und weg! Eine so schnelle Linderung hatte ich nicht erwartet! Seitdem freue ich mich jeden Abend ins Bett zu gehen! Ich habe mich zu jedem Zeitpunkt verstanden und angenommen gefühlt, was für mich extrem wichtig war! Ich empfehle uneingeschränkt die Schreinerei Gruber mit Herrn Gruber und Frau Brandl.



Kundenbefragung 2022 mit 650 Teilnehmerinnen

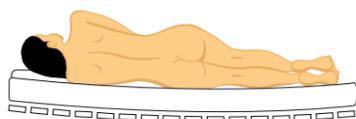
| | | | |
|---------------------------|--------|--|--------|
| Zufriedenheit Bettssystem | 98,1 % | Verbesserung Schlafqualität | 98,7 % |
| Zufriedenheit Matratze | 97,3 % | Verbesserung Schmerzen und Verspannungen | 98,1 % |

Die Befragung mit 650 Teilnehmer:innen erfolgte über das RELAX-Händlernetzwerk.



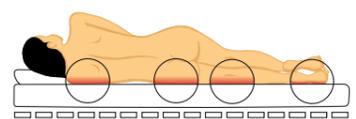
PERFEKTE KÖRPERANPASSUNG

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.

Liegen 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.

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 Bettssystem 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.



Weitere Bettmodelle finden Sie auf www.gruber-schreinerei.de



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 Studie² 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 Studie² bezogen auf Zirbenmassivholz. Univ.Prof. Dr. Maximilian Moser erzählt in seinem Buch³ 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, ISBN-13: 978-3710402029