

„Schlaf Dich schlank!“ Veranstaltung am 3. März 2012

Die Schlafexperten Jürgen Schuster und Markus Kamps bei Betten Meyers



v.l.: J. Schuster, U. Kamps

Am 3. März um 14 Uhr findet bei Betten Meyers die Veranstaltung zum Thema „Schlaf Dich schlank“ statt. Wieder einmal ist es dem Brühler Schlafexperten-Team um Marion Mertens gelungen, seinen Kunden einen höchst informativen und spannenden Vortrag präsentieren zu können.

Der bekannte Schlafexperte und Buchautor Jürgen Schuster wird auf unterhaltsame Art erklären, wie man mit gesundem Schlaf nicht nur hervorragend Power für den kommenden Tag tanken, sondern auch noch höchst effektiv Körperfett ver-

brennen kann. Wie das geht und warum herkömmliche Diäten out sind, erläutert Jürgen Schuster in einer genialen Symbiose aus Erkenntnissen der Schlafforschung mit denen der Ernährungsberatung. Es ist möglich sich täglich satt zu essen, genussvoll zu leben und dabei die nächtliche Fähigkeit unseres Körpers zur Fettverbrennung voll zu nutzen.

Rückengerechtes, gesundes Liegen und erholsamer Schlaf

Im Anschluss an den Vortrag gibt Präventologe Markus Kamps wertvolle Tipps zum Thema „Rückengerechtes, gesundes



Liegen und erholsamer Schlaf“. Auf Wunsch haben die Besucher dann auch die Möglichkeit, sich vom Schlafexperten-Team von Betten Meyers ganzheitlich beraten zu lassen. Um zukünftig Fehlkäufe in Hinblick auf individuelle Voraussetzungen (Körpergewicht, Erkrankungen wie Bandscheibenvorfall, Osteoporose, Allergien oder Atembeschwerden) zu vermeiden, gibt das Team und Präventologe Markus Kamps wertvolle Informationen zu unterschiedlichen Bettsystemen (Matratzen und Lattenroste) sowie zur Wahl des richtigen Kopfkissens und der Zudecke.

Eine rechtzeitige telefonische Anmeldung für die kostenlose Veranstaltung ist empfehlenswert, da die Teilnehmerzahl beschränkt ist.

**Betten Meyers GmbH · Uhlstraße 78 · Brühl
02232 / 1 36 56 · www.betten-meyers.de**

Betten meyers

Schlafkultur vom Feinsten