

# Gratis Infoabend

**Gesunder Schlaf ist Lebensqualität**

**Möchten Sie auch...**

...jeden Morgen fit und ausgeruht aufstehen?

...ohne Verspannungen und Schmerzen erwachen?

...sich jeden Abend auf einen entspannten Schlaf freuen?

...erfahren was Sie gegen Ihre Schlafprobleme tun können?

...hören, was Sie gegen frieren/schwitzen im Bett tun können?

**Wenn „JA“, dann besuchen Sie unseren Infoabend!**

Unter anderem zeigen wir Ihnen auf, wie bequem Sie auf einem auf Sie abgestimmten Bett liegen können, nach einer persönlichen Körperausmessung.

Gratis erlernen Sie eine einfache, aber gute Einschlaftechnik und ein tolles Entspannungstraining für den Alltag.

**→ Melden Sie sich heute noch an, erfahrungsgemäss sind die limitierten Plätze schnell ausgebucht!**

**Roger Lehmann führt Sie in zwei unterhaltsamen Stunden durch die unbekannte Welt des Liegens und Schlafens. Dabei werden Sie erstaunliche Tatsachen und Zusammenhänge kennen lernen. Ideen und Tipps die Sie erhalten, können Sie zu Hause sofort anwenden und werden erstaunt feststellen, wie wenig es braucht, um besser zu schlafen und schmerzfrei aufzustehen.**

**Wetten Sie schlafen bald wieder besser!**

**Wann:**

**Dauer:** Ca. 2 Stunden mit Pause inkl. Erfrischung

**Kosten:** Der Vortrag ist gratis.  
**Keine Verkaufsveranstaltung**

**Wo:**



**Monika & Roger Lehmann  
Hauptstrasse 60, CH-9030 Abtwil SG**

**Mehr Infos:** [www.guterschlaf.ch](http://www.guterschlaf.ch)

**Anmeldung:** **Bitte unbedingt anmelden** unter 071 311 26 75  
oder per E-Mail: [bettenberatung@guterschlaf.ch](mailto:bettenberatung@guterschlaf.ch)