

betten thaler®
ich glaub ich träum!

SCHLAF- UND RÜCKENTAGE

Mittwoch, 18. Oktober bis
Samstag, 4. November 2023



Bild: Schlossberg, Freya

Mittwoch, 18. Oktober, Mittwoch, 25. Oktober und Freitag, 27. Oktober,
jeweils von 09:00 - 18:00 Uhr*

Kostenlose Rückenvermessung

Eine Ausmessung mit dem strahlungsfreien Wirbelscanner dauert ca. 20 Minuten. Sie erfahren im persönlichen Einzelgespräch die optimale Liegeposition im Schlaf.



Donnerstag, 19. Oktober, 09:00 - 18:00 Uhr*

«Mein Schlaf-Tag» – Ihre Sprechstunde inkl. Vermessung

Betten Thaler ist seit Jahren zertifiziertes Kompetenz Zentrum Gesunder Schlaf und aktiv für den gesunden Schlaf. Erleben Sie «Ihren Schlaf-Tag» mit einer Rückenvermessung und individueller Fachberatung.

Manuela Schuler und Gregor Thaler beraten Sie als Schlafberatungs-Duo mit viel Einfühlungsvermögen. In der kostenfreien Sprechstunde mit Rückenvermessung beantworten sie Ihnen gerne auch die Frage «**Welches ist die richtige Matratze (Schlafsystem) für mich?**».



Freitag, 20. Oktober, 09:00-18:00 Uhr

Kissentag

Wir zeigen Ihnen das für Sie passende Kissen mit Testprogramm (ohne Anmeldung).

* Ort: Betten Thaler. Anmeldung unter 041 240 86 46

Freitag, 20. Oktober

17:30 - 18:30 Uhr*

Afterwork-Input mit Dr. Albrecht Vorster,
Schlafforscher, Inselspital Bern
«**Warum schlafen wir?**»

Unterhaltsame Antworten, Fallbeispiele & Tipps, die endlich Licht ins Dunkel bringen.
Gelegenheit für Fragen und Signieren seines Buches «**Warum wir schlafen...**»

Nicht verpassen:
Besuchen Sie beide
Anlässe und wir schenken
Ihnen das Buch
«**Warum wir schlafen**»
von Dr. Albrecht Vorster



19:00 - 20:30 Uhr*

Hellwaches Podiumsgespräch
«**Sport & Schlaf**»

- **Flora Colledge**, Extrem-Triathletin und Dozentin Uni Luzern
- **Lukas Christen**, Coach und Ex-Paralympic-Sportler
- **Dr. Albrecht Vorster**, Schlafforscher, Inselspital Bern
- Moderation: **Sonja Hasler**



Flora Colledge



Lukas Christen



Dr. Albrecht Vorster



Sonja Hasler

Wir laden Sie anschliessend ein zum **Bettmümpfeli-Apéro** mit Zeit für den persönlichen Austausch.

* **Begrenzte Plätze!**

Unbedingt frühzeitig anmelden unter **041 240 86 46**

Ort: Betten Thaler, Eintritt frei

SLEEPGREEN MORNING

SESSION

SO, 22. OKT. 2023

MIT

Two Darn Hot

The Bedroom Soul Club

Kollekte

Doors: 09:30 Uhr

Concerts: 10:00 Uhr

Pilatusstrasse 41

6003 Luzern

Dienstag, 24. Oktober, 12:30 - 17:00 Uhr und
Mittwoch, 25. Oktober, 12:00 - 18.30 Uhr

Gesundheitstage mit BOWEN* Entspannen und Auftanken mit Bowen Faszientherapie in wohliger Atmosphäre

Achtsam eingebettet im «Wald»-Raum von sleepgreen kommen Sie in den Genuss einer sanften und tiefgreifenden Faszienbehandlung.

Bei dieser ganzheitlichen Körperarbeit werden ähnlich einer Gitarrensaiten Muskulatur und Faszien mit den Händen sanft «angezupft». Diese Impulse regen das Nervensystem dazu an, aus Stress und Anspannung auszusteigen und Geist und Körper zu harmonisieren.

Kurze Pausen zwischen einzelnen Serien der sogenannten «Bowen-Moves» sind dabei wichtiger Bestandteil der Behandlung und fördern effektiv die Integration und Neuausrichtung des Körpers.

Diese sanfte und zugleich wirksame Behandlungsmethode kann nachhaltig helfen, akute und chronische Beschwerden zu lindern und mehr innere Ruhe und Gelassenheit zu erfahren.

Die dipl. Bowtech®-Therapeutinnen

Astrid Büeler, www.astridbueeler.com

Andrea Meier, www.andrea-meier.ch

und **Marly Ming**, www.alphaandomega.work

nehmen sich gerne Zeit für Sie.



Astrid Büeler



Andrea Meier



Marly Ming

Donnerstag, 26. Oktober, 09:00 - 17:00 Uhr

Naturheilkundliche Schlafberatung**

Spagyrische Essenzen stecken voller sanfter Kraft. Sie können persönlich abgestimmt und dosiert werden. Die Heilkraft der Spagyrik hilft bei Einschlaf- und Durchschlafstörungen sowie bei innerer Anspannung und Unruhe.

Monika Siegenthaler, LUNA-Drogistin und Spagyrikspezialistin, berät sie gerne.



Haus zum Pilatus
Pilatusstrasse 41
6003 Luzern
www.lunaluna.ch



Monika Siegenthaler

* Kostenlose Probebehandlung ca. 45 Minuten. Anmeldung unter **041 241 04 41** erwünscht, spontane Besuche sind möglich.

** Terminanmeldung: Telefon **041 410 88 30** oder info@lunaluna.ch.

SCHRAMM

home of sleep

Freitag, 3. November, 10:00 - 18:00 Uhr
ohne Voranmeldung

Schramm zu Gast bei uns.

Christoph Häusermann vermittelt
Ihnen mit Freude die legendäre Welt
von Schramm:

- Das Zwei-Matratzen-System
- Neue Technik: Automatische
Verstellungen des Boxspring-Bettes



Tip:
**Träumen Sie schon lange
von einem Schramm-Bett?**
Gönnen Sie sich jetzt den
Verwöhn- Schlafkomfort mit
der Limited Edition
(sofort lieferbar)

TRECA Paris meets Lucerne

Samstag, 4. November, 09:00 - 16:00 Uhr

«Savoir dormir»

Beratungstag mit Andrea Lüönd,
TRECA Paris

Erleben Sie die Vielfalt der französischen Lifestyle-Marke. Wir präsentieren Ihnen als Schweizer Exklusivität das Luxusbett *Tournelle* mit der Matratze *Apogée*.



TRECA
PARIS

Voranzeige

Dienstag, 5. Dezember

10 Jahre Fashion Day

LU Couture realisiert mit dem **Fashion Day** jedes Jahr einer der grössten Modeevents der Schweiz. Der Fashion Day setzt ein Zeichen für den Nachwuchs und die Nachhaltigkeit im Modebusiness. Betten Thaler unterstützt diese wichtige Ausbildungsstätte und präsentiert Ihnen am **Dienstag, 5. Dezember 2023 im Foyer des Luzerner Theaters ab 10:30 Uhr** die handgefertigten Couture Matratzen von TRECA Paris.

Highlight ist die Modeschau moderiert von Kurt Aeschbacher auf der Bühne des Luzerner Theaters.

Das Detailprogramm & Tickets finden Sie auf www.lucouture.ch

BON für die Theaterbar im Luzerner Theater

Gegen Abgabe dieses BONs erhalten Sie am Dienstag, 5. Dezember 2023 ein **Getränk nach Wahl** (pro Person/Einladung 1x)



Spezielle Öffnungszeiten

Am **Freitag, 20. Oktober**
schliessen Betten Thaler
und sleepgreen bereits um
17:00 Uhr aufgrund des
Afterwork-Inputs
(siehe Seite 3)

Am **Montag, 23. Oktober**
hat Betten Thaler von
09:00 - 12:00 Uhr und von
13:30 - 18:00 Uhr
geöffnet.

betten thaler[®]
ich glaub ich träum!

Betten Thaler

Am Kasernenplatz
Schützenstrasse 2
6003 Luzern

Telefon 041 240 86 46
info@bettenthaler.ch
www.bettenthaler.ch
Di-Fr: 09:00 - 18:00 Uhr
Sa: 09:00 - 17:00 Uhr


sleepgreen
natürlich schlaf ich gut.

sleepgreen

Haus zum Pilatus, Pilatusstrasse 41
(Eingang durch LUNA; 1. OG)
6003 Luzern

Telefon 041 241 04 41
info@sleepgreen.ch
www.sleepgreen.ch
Di-Fr: 09:00 - 13:00 und 14:00 - 18:30 Uhr
Sa: 09:00 - 17:00 Uhr



SCHLAF- UND RÜCKENTAGE

10% Gutschein

Gültig vom **Mittwoch, 18.10.** bis **Samstag, 11.11.2023**

Ausgenommen Coco-Mat, Möller Design, Moosburger, Schramm.
Nicht gültig auf bereits getätigte Aufträge. Nicht kumulierbar mit Preishits & Promotionen.