

# Schlafberatertage

mit Markus Kamps am 13. + 14. März 2025



Markus Kamps,  
Fachdozent für Betten und Präventologie,  
**bekannt durch Funk und Fernsehauftritte,**  
kommt zu Betten-Renk nach Lörrach.

Anmeldung und Info  
07621 2318  
Individuelle  
Beratungstermine  
nach Voranmeldung

Wir laden Sie herzlich ein zu unseren exklusiven Schlafberatertagen am 13. und 14. März bei Betten-Renk.

**Erleben Sie einen Tag voller wertvoller Einblicke und individueller Beratung durch den renommierten Schlafexperten Markus Kamps.** Im Mittelpunkt stehen die Themen ergonomische Schlafsysteme und gesunder Schlaf - für Ihre Lebensqualität und Ihr Wohlbefinden.

An diesen Tagen erwarten Sie spannende Themen-vorträge und die Möglichkeit für individuelle Beratungstermine mit Markus Kamps, der Ihnen das **Zusammenspiel von ergonomischen Schlafsystemen und den Voraussetzungen für wirklich erholsamen Schlaf** aufzeigt.

Finden Sie heraus, wie die **richtige Schlaflösung Ihre Gesundheit und Lebensenergie nachhaltig verbessern** kann.



Betten Renk  
Matratzen- und Bettsysteme  
Turmstraße 33  
79539 Lörrach  
Tel. +49 7621 2318  
[www.betten-renk.de](http://www.betten-renk.de)  
[verkauf@betten-renk.de](mailto:verkauf@betten-renk.de)



## Vorträge

### Donnerstag 13. März ab 13 Uhr **Das Kissen im Focus & Kissen Check**

5 Kissen im Schrank und keines passt.  
Erfahren Sie woran es liegen kann.  
Bringen sie gern ihr eigenes Kissen mit.

### Donnerstag 13. März 15 Uhr **Schlafen und Alter - Gesund schlafen in jeder Lebensphase**

Ein spezieller Vortrag darüber, wie sich der Schlafbedarf und die Schlafgewohnheiten im Laufe des Lebens ändern und welche Schlaflösungen für ältere Menschen den Unterschied macht

### Donnerstag 13. März 18 Uhr **Gesund schlafen, richtig liegen Orientierung im Matratzenschungel**

Vortrag und Live Demonstration an verschiedenen Bettlösungen um Unterschiede der Produktvielfalt zu verstehen und teure Fehlkäufe zu vermeiden

### Freitag 14. März ab 11 Uhr **Das Kissen im Focus & Kissen Check**

5 Kissen im Schrank und keines passt.  
Erfahren Sie woran es liegen kann.  
Bringen sie gern ihr eigenes Kissen mit.

### Freitag 14. März 13 Uhr **Schlaf und Sport - leistungsfähig durch erholsame Nächte**

Erfahren sie wie erholsamer Schlaf die sportliche Leistungsfähigkeit beeinflusst und was man von Profisportlern lernen kann.

### Freitag 14. März 15 Uhr **Offene Sprechstunde** zu Schlafen im Alter und Orientierung im Matratzenschungel

**BettenRENK**  
SCHLAFQUALITÄT SEIT 1909

