

## AKTIONSTAG „Bewegter Rücken“



SCHMIDTS schlafen.wohnen.leben  
und die Turbo-Schnecken  
Lüdenscheid e. V. laden Sie ein:  
**Samstag, 10. September 2011**  
**ab 10.00 Uhr** in den Räumen von  
SCHMIDTS schlafen.wohnen.leben  
Heedfelder Straße 36, Lüdenscheid

Bewegter  
Alltag

Erholbarer  
Schlaf

Gesunder  
Rücken

### Aktionen:

- **Gesundes Sitzen**
- **Vorteile verschiedener Matratzen-Systeme bei unterschiedlichen Rückenproblemen**
- **Fachliteratur zum Thema Rückengesundheit**
- **Rückentraining im Alltag – Wie geht das?**
- **„Kleine Igelball-Massage“**
- **Info's zum Angebot der Turbo-Schnecken Lüdenscheid e. V.**



SCHLAFEN SIE MIT UNS:  
WASSERBETTEN MATRATZEN MÖBEL WOHNACCESSOIRES

Heedfelder Straße 36 58509 Lüdenscheid Tel.: 02351 358835  
Öffnungszeiten Mo. – Fr. 11 – 19 Uhr und Sa. 11 – 16 Uhr

[www.schmidts-wohnen.de](http://www.schmidts-wohnen.de)