

# CHECKLISTE MATRATZENKAUF



## PERSÖNLICHE KRITERIEN

- Bevorzugte **Schlafposition**
- Größe & Gewicht** (wirkt sich auf den
- Härtegrad aus)
- Rücken- bzw. Schulterprobleme**
- Allergien** oder starkes **Schwitzen**

## MATRATZEN EIGENSCHAFTEN

- Mindestens **5** - besser **7 Zonen**
- Atmungsaktiver, waschbarer, schadstofffreier Bezug.**
- Passender **Härtegrad**
- Dicke von mindestens **18 cm**

## SCHLAFTYPEN IM ÜBERBLICK

- Seitenschläfer:** Nicht zu feste Taschenfederkern- oder hochwertige 7-Zonen Kaltschaummatratzen inkl. Gel-Topper.
- Rückenschläfer:** Taschenfederkern- oder Kaltschaum-Matratzen.
- Bauchschläfer:** Festere Kaltschaummatratze
- Rücken- oder Gelenkprobleme:** Visco-, Gel- und oder Tonnentaschenfederkern-Matratzen
- Starkes Schwitzen:** Gel- oder gut belüftete Federkernmatratzen.
- Allergiker:** Naturlatex & Kaltschaum

## AUSSERDEM BEACHTEN

- Federkern:** Taschenfederkern oder noch besser: Tonnentaschenfederkern (nicht Bonell!). Mindestens 600-1000 Federn.
- Kaltschaum:** Raumgewicht (RG) von mindestens 40, besser 50..
- Gel-Matratze:** Mindestens 3 cm Gelschicht + RG von mind. 40.
- Latex:** Hoher Naturlatexanteil (mindestens 80 %), Raumgewicht von mindestens RG 60

## HÄRTEGRADE

- H1 (weich): unter 60 kg.
- H2 (mittelfest): bis etwa 80 kg.
- H3 (fest): zwischen 80-100 kg.
- H4 (sehr fest): über 100 kg

**Ausführliche Infos ? QR-Code scannen!**

