**Schlaf-Komplex**

**EIN- UND DURCHSCHLAFEN**

**2-Phasen**

1 Sofort-Phase: 20-30 Minuten1

Melatonin + Hopfen + Lavendel + B3 + B7

2 Depot-Phase: bis zu 8 Stunden1

Baldrian + Magnesium für die Nacht

für die Sofort- und Langzeitversorgung über Nacht1

für innere Ruhe2,3 + gesunden Schlaf4

30 Zwei-Phasen-Tabletten

Schlaf-Komplex: zum Ein- und Durchschlafen für eine erholsame Nachtruhe

Einzigartige Rezeptur mit innovativer 2-Phasen-Technologie

Freisetzungszeit der Inhaltsstoffe1 gezielt auf die Ein- und Durchschlafphase abgestimmt

Tiefer, erholsamer Schlaf hilft Körper und Geist, sich zu regenerieren. Stress, Hektik und nervöse Anspannung beeinträchtigen im Alltag jedoch häufig eine gesunde und entspannte Nachtruhe. Das Einschlafen fällt schwer, vermehrtes Aufwachen beeinträchtigt die Schlafqualität.

Der **Schaebens** **Schlaf-Komplex** unterstützt mit einer ausgewählten Stoffkombination, aufgeteilt in zwei Phasen, einen gesunden Schlaf und hilft auf natürliche Weise **ein**zuschlafen und während der Nacht anhaltend **durch**zuschlafen. **Das Kombipräparat erzielt seine optimale Wirkung durch die sinnvoll kombinierten Inhaltsstoffe in zwei Phasen:**

Die **Sofort-Phase zum Einschlafen** mit dem Schlafhormon **Melatonin** sowie **Hopfen**2, **Lavendel**3 und den **Vitaminen B3** und **B7** unterstützt die 2,3**Entspannung**, trägt zur 2,3**inneren Ruhe** und somit zu einem **schnellen Einschlafen** bei. Die Stoffe werden bereits **nach 20 - 30 Minuten1 freigesetzt**.

Die **Depot-Phase zum Durchschlafen** hilft mit 6**Baldrian**, den natürlichen **Schlaf** **aufrechtzuerhalten** und **entspannt die Muskulatur** dank **Magnesium**7. 7Magnesium trägt zu einer normalen **Muskelfunktion** bei. Somit wird die Voraussetzung für ein **optimales Durchschlafen bis zu 8 Stunden1** gewährleistet.

**Verzehrsempfehlung:** Täglich 1 Tablette vor dem Schlafen unzerkaut mit etwas Flüssigkeit schlucken.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Inhaltsstoffe** | **1 Tablette enthält** | **Prozent der Tageszufuhr\*** |
| **Sofort-Phase** |  |  |
| Melatonin | 0,5 mg | \*\* |
| Hopfen-Extrakt | 50 mg | \*\* |
| Lavendel-Extrakt | 50 mg | \*\* |
| Niacin (B3) | 16 mg (NE) | 100% |
| Biotin (B7) | 60 µg | 120% |
| **Depot-Phase** |  |  |
| Baldrian-Extrakt | 160 mg | \*\* |
| Magnesium | 187 mg | 50% |

\* Referenzmenge nach Lebensmittelinformationsverordnung

\*\* keine Referenzmenge vorhanden

1Die Freisetzungszeit der Inhaltsstoffe der 2-Phasen-Tablette wurde in einer *in vitro* Studie nachgewiesen.

**Zutaten:** Füllstoff Mikrokristalline Cellulose, Magnesiumoxid, Baldrian-Extrakt (14,2%), Stabilisator Hydroxypropylmethylcellulose, Hopfen-Extrakt (4,4%), Lavendel-Extrakt (4,4%), Aroma, Nicotinamid, Überzugsmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Trennmittel Vernetzte Carboxymethylcellulose und Polyvinylpolypyrrolidon, Stabilisator Hydroxypropylcellulose, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Farbstoff Eisenoxide und Eisenhydroxide, Überzugsmittel Mikrokristalline Cellulose, Trennmittel Siliciumdioxid, Überzugsmittel Essigsäureester von Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren, Süßungsmittel Sucralose, Melatonin (0,05%), D-Biotin.

Nicht während der Schwangerschaft und Stillzeit einnehmen. Bei Einnahme von Medikamenten empfehlen wir die vorige Absprache mit Ihrem Arzt. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Kühl, trocken und vor Licht geschützt aufbewahren. Durch die Verwendung natürlicher Inhaltsstoffe kann eine flächendeckend gleiche Farbe der Tabletten nicht gewährleistet werden. Dies hat keine Auswirkung auf die Qualität.