

# Schlaf

Schlaf ist ein wichtiger Teil unseres Lebens. Rund ein Drittel unseres Lebens „verschlafen“ wir – doch diese Zeit ist alles andere als sinnlos: Unser Körper nutzt diese Ruhephase um die Akkus wieder aufzuladen und die körperlichen und geistigen Kräfte zu regenerieren. Leider ist guter Schlaf und leichtes Einschlafen keine Selbstverständlichkeit. Stress, Sorgen und Ängste, aber auch eine altersbedingte, nachlassende Bildung von Melatonin kann den Weg ins Land der Träume erschweren.

Der Schlaf-Wach-Rhythmus wird von der körpereigenen Substanz Melatonin gesteuert. Auch können verschiedene natürliche Substanzen helfen, das Einschlafen zu erleichtern. Besonders hilfreich ist die Schlafbeere (Ashwagandha). Sie unterstützt in Zeiten geistiger und nervöser Anspannung und trägt auf diese Weise zur Entspannung und zum geistigen wie körperlichen Wohlbefinden bei.

- Melatonin trägt zur Verkürzung der Einschlafzeit bei. Die Wirkung tritt bei der Aufnahme von 1 mg ein, wenn es kurz vor dem Zubettgehen verzehrt wird
- Magnesium und Vitamin B<sub>6</sub> unterstützen die normale Funktion der Psyche und der Nerven
- Die Schlafbeere (Ashwagandha) fördert die geistige Entspannung

**Zutaten:** Ashwagandha-Wurzel-Extrakt (Schlafbeere), Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Magnesiumcitrat, Magnesiumoxid, Magnesiumglukonat, Magnesiumcarbonat, Melatonin, Pyridoxinhydrochlorid.

**Verzehrempfehlung:** Täglich 1 Kapsel mit viel Flüssigkeit kurz vor dem Zubettgehen verzehren.

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis:	1 Kapsel	% NRV*
Magnesium	75,0 mg	20
Vitamin B <sub>6</sub>	0,7 mg	50
Melatonin	1 mg	-
Schlafbeeren-Extrakt	300 mg	-

\*% der Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

30 Kapseln

EUR 19,95

Unverbindlich empfohlener Apothekenverkaufspreis inkl. MwSt.

PZN (AT) 4162107, PZN (D) 15300050

Inhalt: 18 g, Nahrungsergänzungsmittel

Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern. Vor Wärme schützen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Ohne Farbstoffe, laut Gesetz ohne Konservierungsstoffe. Hinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Eine gesunde Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

NICApur GmbH & Co KG  
Strubergasse 24, A-5020 Salzburg | Landesgericht Salzburg FN525903m ATU75216767  
Serviceline Österreich gebührenfrei: T 0820 988 730 | F +43 820 988 760  
Serviceline International: T +49 8654 770 58 18 | F +49 8654 770 58 20  
www.nicapur.com, office@nicapur.com

 /nicapurvollerleben  /nicapurvollerleben  /nicapur

