OrthoDOrn®

Bei uns liegen Sie richtig!

Ihr Rücken- und Gesundheits-Spezialist

Zirbenholzmöbel, Schlafsysteme, Matratzen, Tellerroste,
Decken und Kissen – alles aus einer Hand.

Wir können auch ganz individuelle Wünsche
und Träume erfüllen – jede Größe ist möglich!

Inhalt

Die Firma OrthoDorn® 3
Zirbe – ein echtes Naturwunder 4
ZirbenHeim in Rosenheim – unsere Zirbenholzmöbel 9
ZirbenHeim Massivholz-Zirbenbetten 10
ZirbenHeim Tellerroste 24
ZirbenHeim Nacht- und Ansteckтische 26
ZirbenHeim Kommoden 27
ZirbenHeim Kleiderschränke 28
ZirbenHeim Kleinartikel 31
Zirbenkissen 33
OrthoDorn® Schlafsysteme 34
OrthoDorn® Matratzen 38
Reisematratzen 46
OrthoDorn® Bezüge 48
Tencel – einfach anschmiegsam 49
OrthoDorn® Tellerroste 50
OrthoDorn® Kissen 56
OrthoDorn® Vierjahreszeitendecke 59
OrthoDorn® Spannbettlaken und Kissenbezüge 60
DORN-Anwendung 62
Seminare 66
Unsere Bücher 67

Die perfekte Kombination für Ihre Gesundheit
und Ihr Wohlbefinden!

ZirbenHeim
in Rosenheim

OrthoDorn®
Bei uns liegen Sie richtig!

Die Firma OrthoDorn®

Die Firma OrthoDorn® entwickelt hochwertige Schlafsysteme, welche ganz individuell auf die Bedürfnisse jedes einzelnen Kunden abgestimmt werden, um eine optimale Schlafposition zu erhalten. Zudem ist sie auch Spezialist beim Einsatz von Zirbenholz – insbesondere die ZirbenHeim-Massivholzbetten – in Ihrem Schlafzimmer. Die Firma wurde im November 2006 gegründet und ist seitdem rasant gewachsen. Die Zentrale des erfolgreichen Unternehmens befindet sich in Rosenheim. Im Zuge der Expandierung können bereits heute Filialen auch über die Grenzen Deutschlands hinaus verzeichnet werden.

Seit 2014 hat sich OrthoDorn® sehr ausgiebig mit dem Zirbenholz – besonders aber dem Einsatz von Zirbenholz im Schlafzimmer – beschäftigt. Geschäftsführer Erhard Seiler ist es schon immer ein Anliegen gewesen, seinen Kunden den bestmöglichsten Schlafkomfort zu gewährleisten. Zirbenholz sorgt mit seinem angenehmen Duft für einen ruhigeren, ausgeglicheneren und tieferen Schlaf – was kann also besser sein, als diese Eigenschaften mit den ergonomischen und individuell anpassbaren Matratzen und Tellerrosten zu kombinieren? Die ZirbenHeim-Massivholzbetten und -möbel sind seither fester Bestandteil der Firma und werden von den Kunden begeistert angenommen. Das Unternehmen bietet Ihnen jederzeit die Möglichkeit, Ihre individuellen Wünsche mit Maßanfertigungen zu berücksichtigen – wir erfüllen Ihre Träume!

Die Firma OrthoDorn® hat viel zu bieten. Beispielsweise veranstaltet Geschäftsführer Erhard Seiler regelmäßig Vorträge und Seminare, Gesundheitsmessen und Kongresse über ergonomisches Schlafen, das Geheimnis der Zirbe oder der DORN-Anwendung – eine sanfte Wirbelsäulen- und Gelenkanwendung, die das Konzept der Firma geradezu ideal abrundet.

Sie können sicher sein,
bei OrthoDorn®
die für Sie optimale Lösung
für einen gesunden und erholsamen Schlaf zu finden.

Zirbe – ein echtes Naturwunder

Das einzigartige Zirbenholz stammt von der Zirbelkiefer (auch allgemein als Zirbe bekannt), welche eine echte Überlebenskünstlerin ist. Hoch oben im südtiroler Alpenraum auf etwa 1600–2700 m, wagt sie sich in Bereiche vor, in denen kaum eine andere Baumart Chancen hat zu überleben. Die Zirbelkiefer trotzt allen widrigen Umständen und kann etwa 25 m hoch, 1,5 m breit und bis zu 1000 Jahre alt werden. Trotz Unwettern und Temperaturen von bis zu – 43 °C sowie starker Trockenheit und extremer Sonneneinstrahlung bleibt die Zirbelkiefer an ihrem lebensfeindlichen Standort bestehen.

Eine Zirbelkiefer kann bis zu 25 m hoch, 1,5 m breit und 1000 Jahre alt werden. Dabei trotzt sie Temperaturen von bis zu – 43 °C und starker Witterung.

Unter der Rinde verbirgt sich gelbes Splintholz. Im Kern dagegen ist das Holz eher rotbraun. Der Stamm ist von vielen Harzkanälen durchzogen und wird wegen seines hohen Gehalts an ätherischen Ölen sehr geschätzt. Von Zirbenholz geht ein typischer, langanhaltender und feiner Duft aus. Selbst viele Jahrzehnte nach der Verarbeitung kann man den typischen Geruch noch wahrnehmen. In der Holzindustrie wird vermehrt Holz von 400 Jahre alten Bäumen verwendet.

Allein durch die Wachstumsdauer kann man hierbei natürlich nicht von Billigholz sprechen. Bedenkt man die vielseitigen Eigenschaften und Wirkungen des Zirbenholzes ist es das aber definitiv wert! Seit 2014 haben wir uns ausgiebig mit dem Zirbenholz – besonders aber dem Einsatz von Zirbenholz im Schlafzimmer – beschäftigt. Geschäftsführer Erhard Seiler hat sich persönlich auf den Weg in die südtiroler Alpen gemacht und ist mit einem Zirbelkieferspezialisten hoch in die Berge gewandert, um diese kraftvollen und verwucherten Bäume anzusehen. Auch bei dem Abbau und der Weiterverarbeitung ist er regelmäßig vor Ort und überwacht unsere Hölzer.

Wir überwachen das Zirbenholz vom südtiroler Wuchsort über die sorgsame Verarbeitung bis in Ihr Schlafzimmer.

Wissenschaftlich erwiesen … die positiven Eigenschaften von Zirbenholz

Bereits seit Jahrhunderten sind die positiven Eigenschaften des Zirbenholzes bekannt und werden genutzt. Mehrere aufwendige, wissenschaftliche Studien haben diese Eigenschaften bereits untermauert und bestätigt. Eingelagert im Holz, sowie auch in Nadeln und Harz, befindet sich das leicht flüssige Pinosylvin in hoher Konzentration. Dieses ist nicht nur für den typischen Zirben-Duft verantwortlich, der sich vor allem in verbauter Form voll entfaltet und über mehrere Jahrzehnte bestehen bleibt, sondern es unterstützt auch Wohlbefinden, Gesundheit und einen tieferen Schlaf. Zudem sorgt es für eine hohe Widerstandskraft gegenüber Schädlingen oder Pilzen – das Holz behält über Jahrzehnte seine antibakterielle Wirkung. Das kommt nicht nur Allergikern zugute.

Keine andere Holzart entspricht besser
dem Wunsch nach Natürlichkeit und Gesundheit.
Die in der Zirbe enthaltenen ätherischen Öle
können unser Wohlbefinden steigern.

Im Schlaf:
Ein Wunder bei Schlafstörungen

Besonders beliebt ist der Einsatz von Zirbenholz in Schlafzimmern – denn Schlafstörungen sind in Deutschland ein immer häufiger auftretendes Problem. Hier kann Zirbenholz eine deutliche Verbesserung der Schlafqualität bewirken. Vor allem im ersten Schlafzyklus ist der Schlaf tiefer, und die vegetative Erholung des Körpers wird positiv beeinflusst.

Bereits unsere Vorfahren waren sich dieser Wirkung bewusst. Schaut man in alten Bauernhäusern in Schlafzimmer und Küche, so sieht man diese Räume oft aus Zirbenholz gefertigt. Es war damals schon bekannt, welche gesunde und beruhigende Wirkung dieses einzigartige Holz besitzt.

Herzgesund schlafen

Dass dieses besondere Holz mit seinem milden Duft sehr entspannend wirkt, kann sich jeder vorstellen. Doch die gleiche Wirkung kann es auch auf Ihr Herz ausüben – Sie schlafen Nacht für Nacht entspannter und herzgesünder.

Gesund im Schlaf ist nicht nur irgendein Werbeslogan, sondern Tatsache!

Viele Zirbenholz-Schläfer konnten auch von einem besseren Allgemeinwohlbefinden und einer gesteigerten Lebensfreude berichten. Zudem wachten sie morgens wesentlich ausgeruhter und entspannter auf.

Im Alltag:
Aktivität steigern, Balance finden

Allein schon durch die wesentlich bessere Schlafqualität werden Sie feststellen, dass Sie erholter, wacher und fitter aufwachen. Ewiges Rumwälzen und quälendes Aufstehen können seltener werden.

Frühmorgendliche Wachheit ist nun einmal ein großartiges Gefühl – Zirbenholzmöbel werden Ihnen in dieser Hinsicht für viele Jahrzehnte gute Dienste erweisen. Wie man morgens in den Tag startet, wird die Stimmung für den ganzen Tag bestimmen. Wenn man einmal herausgefunden hat, wie gut es sich anfühlt, wird man nie wieder etwas anderes wollen. Sie kommen leichter aus dem Bett und sind auch konzentrierter im Alltag.

Doch auch die ätherischen Öle wirken sich bewegungsfördernd, launesteigernd, ideenfördernd und mutsteigernd auf Körper und Geist aus. Sie inhalieren diese automatisch im Schlaf ein und die gesundheitsfördernden Inhaltsstoffe können in Ruhe sanft und in voller Bandbreite ihre Wirkung entfalten.

All das ist wichtig, zu uns selbst zu finden und glücklicher durchs Leben zu gehen. Die Zirbelkiefer nennt man schon seit jeher „Die Königin der Alpen“ und wir finden das mit Recht!

Auf einen Blick...
Mögliche Vorteile von Zirbenholz

- gibt ein Leben lang seinen milden, unverkennbaren und wohlriechenden Duft ab
- entspannt und beruhigt bei körperlichen oder mentalen Belastungen
- beschleunigt die vegetative Erholung und lässt Sie herzgesünder Schlafen
- stabilisiert den Kreislauf
- verhindert Wetterfühligkeit
- verbessert die Schlafqualität enorm und macht uns ausgeruht und fit
- macht geselliger und kommunikativer
- harmoniert und stärkt das allgemeine Wohlbefinden
- hat eine wesentlich stärkere antibakterielle Wirkung als andere Holzarten, die auch über Jahrzehnte nicht verloren geht
- schützt dauerhaft vor Pilzbefall
- Motten können das Holz überhaupt nicht leiden und bleiben somit fern

Weitere Einsatzmöglichkeiten

- Ein Brotkasten aus Zirbe hält das Brot länger frisch und schützt vor Schimmel und bakteriellen Erregern.

- Schränke und Kleiderbügel aus Zirbe halten Kleidermotten fern und verleihen der Wäsche einen zarten Duft. Nicht ohne Grund fertigten unsere Vorfahren ihre Kleidertruhen und Schränke aus diesem Holz.

- Kissen gefüllt mit Zirbenholzspänen oder Zirbenkästchen auf dem Nachttisch lassen uns schon etwas entspannter Ruhen und Kraft tanken. Diese können mit Zirbenöl immer wieder aufgefrischt werden. Doch allgemein gilt: je mehr Zirbenholz, desto besser die Wirkung.

- Der milde Duft der Zirbe kann Babys und Kleinkinder in ihren Wiegen und Bettchen schneller einschlafen und ruhiger durchschlafen lassen.

- Bei einigen Personen wirkt sich der Einsatz von Zirbe positiv auf die Schnarcheigenschaften aus, am besten in Kombination von Möbeln und Kissen, da hier der Effekt verstärkt wird.

- Viele Personen haben eine deutliche Verringerung der Wetterfühligkeit festgestellt. Dies ist ebenfalls wissenschaftlich untersucht und bewiesen worden.

- Häufig vorkommende Kreislaufprobleme können verringert werden, weil sich das Zirbenholz positiv auf das gesamte Herz-Kreislauf-System auswirkt.

ZirbenHeim
in Rosenheim

Unsere Zirbenholzmöbel – eine Investition in Ihre Gesundheit und Schlafqualität!

Das in unseren Möbeln verwendete Massiv-Zirbenholz wird vom Wuchsort über den Transport bis hin zur Verarbeitung von uns persönlich überwacht. Unser Zirbenholz stammt ausschließlich aus den südtiroler Alpen, denn dort herrschen optimale Bedingungen für ein qualitativ sehr hochwertiges Holz und einen hohen Anteil an ätherischen Ölen.

ZirbenHeim – Ihr Wunschbett aus Zirbe

Unsere Zirbenbetten aus südtiroler Massiv-Zirbenholz können Sie ganz individuell zusammen stellen. Wählen Sie je eines der drei Grundgestelle und der drei Kopfteile aus und montieren Sie so Ihr Traumbett. Für jeden Geschmack ist etwas dabei! Während der naturbelassenen Verarbeitung wird das Holz des Bettgestells zugeschnitten und die Steckverbindungen eingefügt.

leichte Montage
durch Steckverbindungen

Die drei Bettgestelle:

Zirbenbett „Klassisch“

Einen Rahmen aus starkem Massiv-Zirbenholz und quadratischen Füßen machen dieses Modell zum eleganten Klassiker. Alle Teile sind durch Steckverbindungen miteinander verbunden.

Lieferbar in jeder gewünschten Größe!

optimale Komforthöhe ca. 50 cm

Zirbenbett „Schwebe“

Die optisch verborgenen Füße machen dieses Modell zum Highlight. Es wirkt als würde es über dem Boden schweben. Auch hier sind alle Teile durch Steckverbindungen miteinander verbunden. Die Seiten bestehen ebenfalls aus starkem Massiv-Zirbenholz.

Lieferbar in jeder gewünschten Größe!

optimale Komforthöhe ca. 50 cm

Zirbenbett „Exklusiv“

Eine ganz besondere Steckverbindung macht das Modell „Exklusiv“ ganz individuell und wirkt wie ein Fels in der Brandung. Ebenfalls gefertigt aus starkem Massiv-Zirbenholz.

Lieferbar in jeder gewünschten Größe!

optimale Komforthöhe ca. 50 cm

Kombinieren Sie das Kopfteil das zu Ihnen passt!

Unsere Massivholz-Zirbenbetten –
3 Modelle / 9 Möglichkeiten

Metallfrei 100 % Handarbeit

Die drei Kopfteile:

Kopfteil „Geschlossen“

Bestehend aus einer durchgängigen Massiv-Zirben-Fläche.

Kopfteil „Geteilt“

Bestehend aus drei Massiv-Zirben-Elementen, mit einem kleinen Abstand.

Kopfteil „Rustikal“

Ein echtes Unikat! Das Kopfteil besteht aus einer durchgängigen Massiv-Zirben-Fläche, welches die natürlich gewachsene Form beibehält und somit immer ganz einzigartig Ihr Schlafzimmer schmückt.

Ansteckt isch
mit Schublade
Kommode
„Klassisch“ mit 3 Schubladen
Bett „Klassisch“
mit Kopfteil „Geteilt“

Nachttisch
„Klassisch“ mit 3 Schubladen
Kommode
„Klassisch“ mit 4 Schubladen
Bett „Schwebe“
mit Kopfteil „Geschlossen“

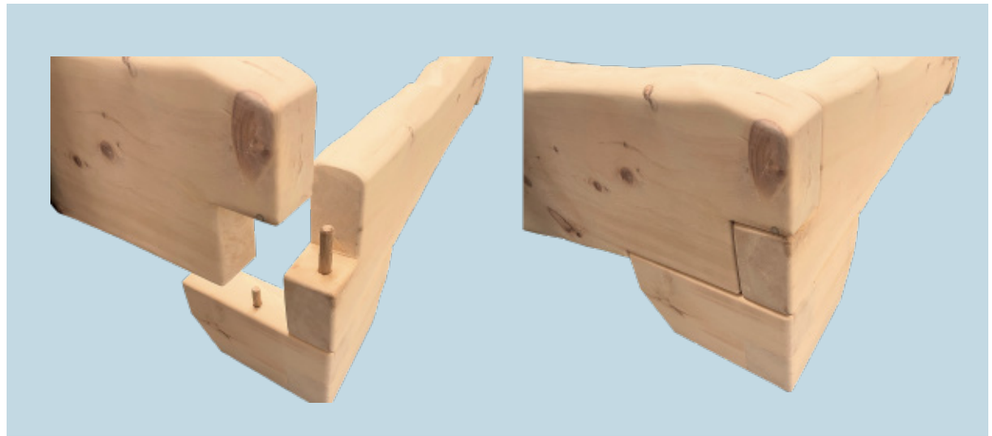
Nachttisch
„Klassisch“
mit 3 Schubladen
Kommode
„Klassisch“ mit 3 Schubladen
Bett „Exklusiv“
mit Kopfteil „Geschlossen“
Zirben-Fußboden

ZirbenHeim Bett „Brixen“

Sie mögen es gern so richtig rustikal? Dann ist unser original Massivholz-Zirbenbett „Brixen“ genau das Richtige für Sie. Dieses Bettgestell gibt es wahlweise in 5 cm, 7 cm und 9 cm Stärke, die der Struktur des Baumes angepasst wurde. Auch hier wird eine spezielle Steckverbindung verwendet, um das Bett so natürlich wie möglich zu belassen. Gern erfüllen wir Ihnen auch Sonderwünsche und gehen auf spezielle Bedürfnisse ein.

Bei unserem Bett „Brixen“
können Sie zwischen drei verschiedenen
Massivholz-Stärken wählen:
5 cm, 7 cm und 9 cm

Einfache Montage durch Steckverbindungen



Bett „Brixen“

Wahlweise in den Massivholz-Stärken
5 cm, 7 cm oder 9 cm

ZirbenHeim
Bett „Ahrntal“

Sie wollen sich die klassische, formschöne und trotzdem elegante Variante eines Zirbenbettes ins Haus holen? Dann ist unser Zirbenbett „Ahrntal“ genau das Richtige für Sie! Das Bett besteht aus 2,5 cm starken, naturbelassenem Zirbenholz (Füße 7 cm). Es werden keinerlei Lacke oder Lasuren verwendet. Der gesundheitsfördernde Effekt bleibt somit voll erhalten.

Kopfteil: ca. 40 cm
Gesamthöhe: ca. 90 cm
Massivholz-Stärke: ca. 2,5 cm
Stärke Füße: ca. 7 cm

ZirbenHeim Tellerroste

Die Zirben-Tellerroste bilden die Erweiterung zu den Zirben-Betten. Ihre Hauptaufgaben bestehen darin, bestimmte Körperpartien zu stützen, Schlafbewegungen abzufedern und dazu noch zusätzlich Ihr Schlafzimmer in einen angenehmen Zirbenduft zu hüllen. Sie sorgen darüber hinaus auch für die nötige Durchlüftung der Matratze. Design und Technik entsprechen einem hohen, qualitativen Niveau und schaffen absoluten Liegekomfort. Zudem unterstützen sie die federnde Wirkung jeder Matratze und ermöglichen durch die weicher gefederte Schulterkomfortzone ein besseres Einsinken. Dadurch wird die Wirbelsäule in eine ergonomisch optimale Lage gebracht.

Wir haben den Ansporn uns stetig weiter zu entwickeln. Darum haben wir uns Gedanken gemacht, wie man den Zirbenholzanteil in Schlafzimmern noch weiter erhöhen und trotzdem den hohen Liegekomfort sichern kann. Das besondere Drehpunktlagersystem im Mittelbereich der Tellerfedern ermöglicht innen- und außendrehende Bewegungen bis zu einem Winkel von 45°.

Die einzelnen Teller sorgen für eine individuelle Körperanpassung und reagieren sensibel auf die Bewegungen des Schlafenden.

Die Zirben-Tellerroste
sind die ideale Ergänzung
zu den Zirben-Betten.

ZirbenHeim
Nachttische und Anstecktische

Nachttisch „Klassisch“
mit 2 Schubladen

Nachttisch „Klassisch“
mit 3 Schubladen

Nachttisch „Welle“
mit 2 Schubladen

Zum Greifen nah ...

Unsere Zirben-Nachttische und Anstecktische sind nicht nur klassisch schön, sondern erhöhen zusätzlich den Zirbenholzanteil und somit die gesundheitsfördernde Wirkung von Zirbenholz in Ihrem Schlafzimmer. Zudem bieten sie Platz für alle Ihre Kleinigkeiten: sei es das Buch, die Lesebrille, Medikamente, ein Getränk oder einfach Ihr Lieblings-Dekoartikel. Wir bieten verschiedene Ausführungen an, sodass für Jeden etwas dabei ist ...

Nachttisch „Welle“
mit 3 Schubladen

Anstecktisch
ohne Schublade

Anstecktisch
mit Schublade

ZirbenHeim Kommoden

Kommode „Klassisch“ mit 3 Schubladen

Kommode „Klassisch“ mit 4 Schubladen

Für Ihre Schätze ...

Unsere Zirben-Kommoden erhöhen nicht nur zusätzlich den Zirbenholzanteil in Ihrem Schlafzimmer, sondern bieten auch reichlich Platz für alle Ihre Schätze und Wäsche. Auch unsere Kommoden bieten wir in verschiedenen Ausführungen an ...

Kommode „Welle“ mit 3 Schubladen

Kommode „Welle“ mit 4 Schubladen

ZirbenHeim Kleiderschränke

Drehtürenschränke

Machen Sie Ihr Schlafzimmer zur Zirben-Wohlfühl-Oase. Erhöhen Sie den gesundheitsfördernden Zirben-Anteil mit einem Kleiderschrank aus Zirbe. Doch das ist noch nicht alles – das Zirbenholz schützt dauerhaft vor Mottenbefall und gibt zarten Zirbenduft an Ihre Wäsche ab.

Egal, ob aus unserem bestehenden Sortiment oder als Ihre persönliche Maßanfertigung – wir erfüllen Ihnen jeden Wunsch. Auch Einbau-Schränke sind für uns kein Problem! Gern beraten wir Sie vor Ort und unterbreiten Ihnen ein individuelles Angebot.

Schiebetürenschränke

Die Zirben-Kleiderschränke können wir Ihnen auf Wunsch in jeder beliebigen Größe oder auch als Einbauschränke fertigen.

Einbauschränke aus Zirbe

Fußböden aus Zirbe

Weitere Zirbenholz-Artikel

Zirben-Schalen

Egal ob als gesundheitsfördernde Dekoration oder als Obstschale – Sie können nur positive Erfahrungen machen. Zum einen verströmen auch diese ihren einmaligen Zirbenduft – zum anderen bleibt Obst in Zirben-Schalen länger frisch, wird besser vor Schimmelbefall geschützt und hält Obstfliegen fern.

ca. 10,5 x 4,5 cm – 19,- Euro
ca. 15,0 x 4,5 cm – 25,- Euro
ca. 19,0 x 4,5 cm – 39,- Euro
ca. 25,0 x 4,5 cm – 42,- Euro
ca. 29,0 x 6,0 cm – 54,- Euro

Zirben-Brotkasten

In einem Brotkasten aus Zirbenholz bleibt Ihr Brot länger frisch und wird wesentlich länger vor Schimmelpilzen geschützt. Zudem trocknet es nicht so schnell aus und wird mit einem dezenten Zirbenduft versetzt. Auch das kommt Ihrer Gesundheit sehr zugute. Maße ca. 35 x 25 x 16 cm, Preis: 98,- Euro

Zirbenöl

Mit Hilfe von Wasserdampf wird dem gehäckselten Zirbenholz auf sanfte Weise ihr wertvolles Öl entlockt. Dieses Zirbenöl ist zu 100% ätherisch und naturrein – es beinhaltet keinerlei Fremdöle oder Konservierungsstoffe.

Anwendungsmöglichkeiten:

- **Aromatherapie:**
  Beträufeln Sie Ihr Kopfkissen oder ein Stück Holz und legen Sie es in der Nacht neben sich.

- **Balsam für die Seele:**
  Zirbenöl löst Ängste, macht mutiger, spendet Energie und hilft Depressionen zu mindern.

- **Erkältungskrankheiten:**
  Beträufeln Sie ein Zirben-Säckchen und riechen Sie öfters daran. Zudem kann mit Zirbenöl auch hervorragend inhaliert (gedampft) werden. Wirkt gegen Husten, Schnupfen, Kopfweh und ist entzündungshemmend. Auch als Badezusatz wirkt es schleimlösend und beruhigend.

- **Saunaaufguss oder Duftlampen:**
  Hier können Sie diesen tollen Geruch ganz besonders intensiv wahrnehmen.

- **Zum Einreiben:**
  Zirbenöl wirkt auch bei Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen, Muskelkater, Entzündungen oder einfach nur als Massageöl (durchblutungsfördernd) – einfach mit einem Massageöl vermischen.

Preis: 10 ml – 12,- Euro
20 ml – 22,- Euro

Karaffe

Sie sieht nicht nur schön aus, sondern verleiht Ihnen ein Geschmackserlebnis! Legen Sie eine Zirben-Kugel auf die Karaffe und nach etwa einer Stunde schmeckt das Wasser leicht nach Zirbenholz und ist eine interessante Alternative zu herkömmlichem Wasser.

Preis: 30,- Euro

Zirben-Kugel

Ob als Deko oder um Wasser zu aromatisieren – eine Zirben-Kugel oder die Obstform ist vielseitig einsetzbar! Probieren Sie es aus! Auch eine nette Geschenkidee und ein Hingucker! Durchmesser: ca. 7 cm.

Preis:
Zirben-Kugel: 15,- Euro
Zirben-Apfel: 15,- Euro
Zirben-Birne: 15,- Euro

Zirben-Würfel

Unsere kleinen Zirben-Würfel können Sie ganz individuell einsetzen und jederzeit mit unseren Zirbenspänen oder -ölen auffrischen.

Preis:
35,- Euro

Zirbenkissen

Das original OrthoDorn®-Zirbenkissen verbessert nachhaltig Ihre Schlafqualität und lässt Sie herzgesund schlafen! Legen Sie es neben sich in Ihr Bett, sodass der angenehme Duft seine volle Wirkung erzielen kann – bitte beachten Sie, dass ein Zirbenkissen nicht als Schlafunterlage geeignet ist.

Das Zirbenkissen ist gefüllt mit hochwertigen Zirbenspänen der südtiroler Zirbelkiefer. Der angenehme Zirbenduft bleibt lange erhalten und kann jederzeit mit unserem Zirbenöl wieder aufgefrischt werden.

Maße: ca. 26 x 45 cm
Preis: 40,- Euro

OrthoDorn® Schlafsysteme

durchdacht
ergonomisch
individuell anpassbar

Die OrthoDorn® Matratzen

Gesunder Schlaf macht uns fit, damit wir voller Energie in den neuen Tag starten können. Doch es gibt viele Faktoren, die die Ruhezeit stören. Als ein Störfaktor erweist sich oftmals ein zu hartes oder zu weiches Nachtlager. Das Problem beginnt bereits beim Kauf: statt auf gesundheitliche oder ergonomische Aspekte zu achten, wird nach Farbe und Form gekauft. Doch das kann sich schnell rächen. Nicht nur dass der Schlaf unterbrochen wird, aufgrund der unbequemen Lage können auch nachweisbar Schäden an Wirbelsäule und Gelenken auftreten.

Angepasste Ergonomie heißt für uns, dass sich das Bettsystem dem Körper anpasst und NICHT umgekehrt!

Da zudem jeder Mensch einzigartig ist, gibt es keine Matratze, die für alle Menschen gleichermaßen passt. Somit hat für uns die **individuelle Anpassungsmöglichkeit** des Bettsystems den höchsten Stellenwert. Zu wenig oder schlechter Schlaf und falsches Liegen können über einen länger andauernden Zeitraum zu Durchblutungsstörungen, Verspannungen, Rückenschmerzen, Allergien, Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, Bandscheibenschäden, Ischiasbeschwerden oder Rheuma führen. Diese sind nicht das Resultat Ihres Alters oder Ihrer Lebensumstände.

Für die Entspannung der Wirbelsäule
ist eine ergonomische Matratze entscheidend.
Ihre Aufgabe ist es, sich perfekt an den Körper anzupassen,
um so die Wirbelsäule zu entlasten.

Falsches Liegen

Wer auf dem Rücken, der Seite oder dem Bauch schläft und seinen Kopf auf ein zu hohes Kopfkissen bettet oder auf einer Matratze liegt, die den Rücken nicht optimal stützt und in gerader Position hält, leidet oft an blockierten Wirbeln, Beckenschiefstand oder einer Beinlängendifferenz!

Eine Matratze muss sich an Ihren Körper anpassen – NICHT anders herum!

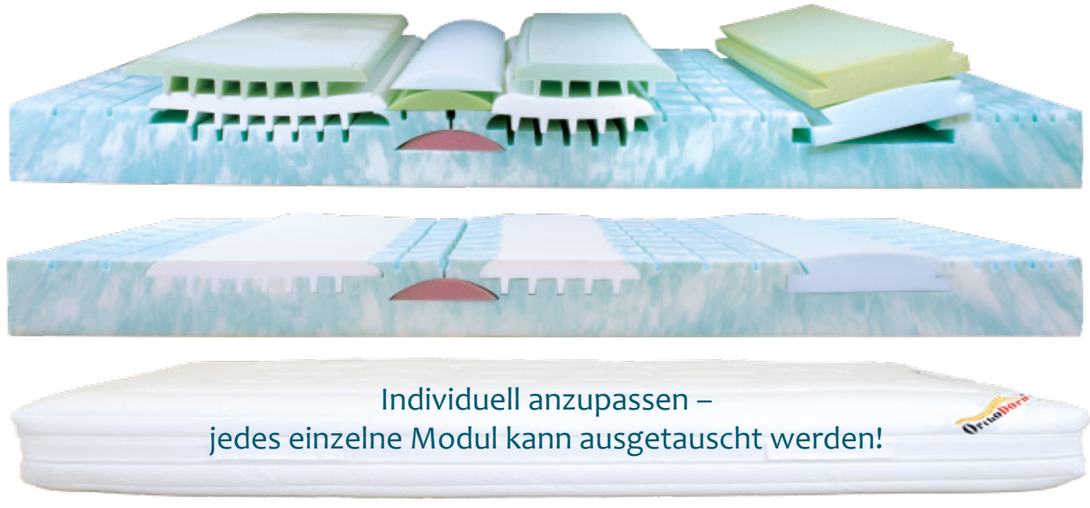
Um sich an den jeweiligen Körper anpassen zu können, muss eine ergonomische Matratze bei den schwereren Körperpartien nachgeben und die leichteren stützen. Ein besonderes Augenmerk liegt also auf Schultern, Lendenwirbelbereich, Becken und Waden. Die OrthoDorn® Matratzen funktionieren wie ein **Baukastensystem**. Sie bestehen aus einer Basisauflage, die je nach Größe, Gewicht und Schlafgewohnheiten auf die speziellen Bedürfnisse des Schlafenden abgestimmt werden können. **Vier Modulbereiche in Schulter-, Lenden-, Becken- und Wadenbereich** sowie unterschiedliche Härtegrade werden dazu eingesetzt, die empfindlichen Zonen abzupuffern und Andere zu stützen. Die OrthoDorn® Matratzen entlasten somit den Körper auf der ganzen Länge. **Die Module können jederzeit in die Matratzen eingelegt und nach Bedarf ausgetauscht werden**. Das heißt, Sie können auf veränderte Bedürfnisse sofort reagieren, ohne sich eine neue Matratze zulegen zu müssen.

Die Materialien

Unsere Matratzenkerne bestehen aus Kaltschaum, Viscoschaum bzw. Visco-Gel-Schaum sowie natürlichen Stoffen wie Wasser, Kohlenstoff und Soja. Sie schmiegen sich auf der Liegefläche vollständig an den Körper an. Das ist nicht nur ein subjektiv angenehmes Gefühl, auch die Wirbelsäule kann auf dieser Grundlage vollends entspannen. Die Materialien sind anpassungs- und widerstandsfähig und lassen ausreichend Belüftung zu.

Was ist der Vorteil von Kaltschaum?

Kaltschäume sind hochelastisch, atmungsaktiv und antiallergisch. Vorallem ein hochwertiger Kaltschaum bietet einen anschmiegsamen, punktelastischen Liegekomfort, der auch höchsten ergonomischen Ansprüchen gerecht wird und somit bei Rückenleiden oder Gelenkproblemen bestens geeignet ist. Kaltschäume sind sehr pflegeleicht, da sie selbst bei starker bakterieller Belastung durch Hautschuppen, Cremereste oder Schweiß weder Keime noch Schimmelpilze ausbilden.



Die Vorteile der OrthoDorn® Matratzen

Rückenlage: Das Körpergewicht wird aufgenommen und gleichmäßig verteilt. Die Bereiche Schulter/HWS und Becken/LWS werden vom Aufliegedruck entlastet. Die Rückenlage ist sehr angenehm.

Seitenlage: Schulter und Hüfte sinken ein, ohne dass der Körper durchhängt. Kopf, Taille und Beine werden gestützt. Der Liegedruck auf den Schulter- und Hüftgelenken wird reduziert. Die Seitenlage ist auch ohne Hilfsmittel sehr bequem.

Bauchlage: Auch die Bauchlage ist bequem, vorausgesetzt, man hat keine Rückenschmerzen! Bei Rückenschmerzen sollte in jedem Bett die Bauchlage vermieden werden, da die Liegeposition starke Verschiebungen der Wirbelsäule verursacht und die Bandscheiben extrem belastet werden.

OrthoDorn® Matratzen

Exklusiv Comfort Matratze

Zur Verbesserung der Elastizität der einzelnen Zonen ist der Kaltschaum je nach Anforderung unterschiedlich eingeschnitten. In der Schulterzone sorgt ein Modul aus viscoelastischem Schaum für zusätzlichen Komfort. Durch die Lendenunterstützung kann eine optimale Unterstützung der Lendenwirbelsäule erreicht werden. Das viscoelastische Modul der Beckenzone ermöglicht ein Einsinken des Beckens, sodass die Wirbelsäule in der Seitenlage gerade ist. Die Belastungen auf das Skelett und die Gefäße können reduziert werden. Die ca. 2 cm hohe Auflage aus viscoelastischem Schaum erhöht zusätzlich den Schlafkomfort.

Was ist viscoelastischer Schaum?

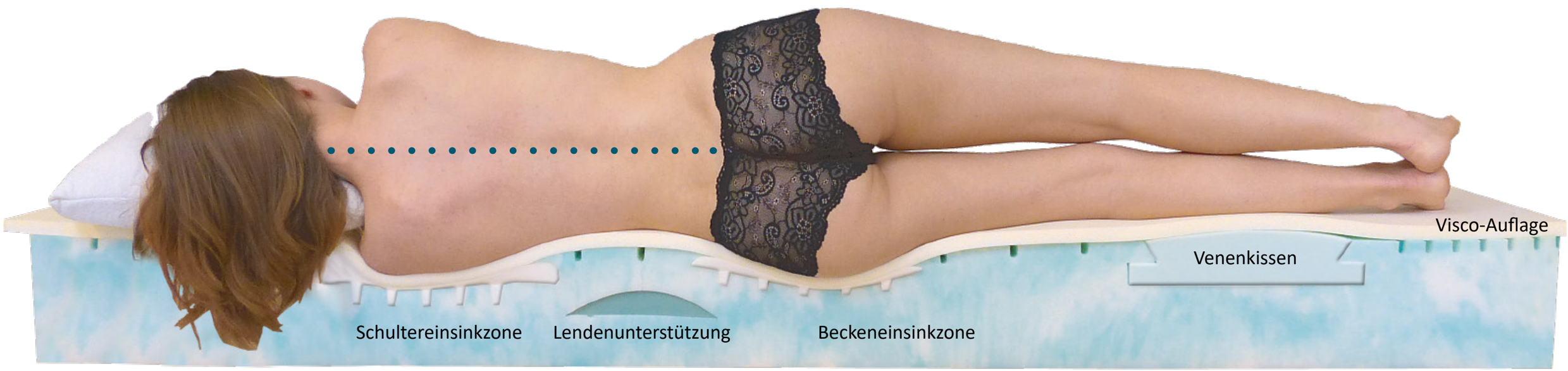
„Visco“ bedeutet „zäh“ – viscoelastische Schäume reagieren also langsam. Man kann sich die Reaktionsweise ähnlich einem zähflüssigen Gel vorstellen: durch Druck, z.B. einer Hand, wird ein perfekter Abdruck im Material gebildet. Zieht man dann die Hand weg, so ist der Abdruck noch kurz zu sehen, bevor das Material wieder in die Ausgangsposition zurück geht.

Was ist der Vorteil von viscoelastischem Schaum?

Da der Viscoschaum also keinerlei Gegendruck bietet, wird der Körper absolut ohne Druck gelagert, d.h. Druckschmerzen und Durchblutungsstörungen werden vermieden, der Körper ruht ergonomisch optimal entspannt. Durch die Anschmiegsamkeit des Materials entsteht ein exakter Körperabdruck. Dadurch wird das Körpergewicht immer gleichmäßig verteilt.

Höhe: ca. 20 cm

Die OrthoDorn® Exklusiv Comfort Matratze
besteht aus Kaltschaum
und einer Visco-Auflage.



Premium Gel Matratze

Der Kern unserer Premium Gel Matratze ist ebenfalls aus Kaltschaum. Dieser ist hier höher aufgebaut. Über dem Kaltschaumkern befindet sich eine ca. 5 cm hohe Visco-Gel-Auflage.

Was genau ist Visco-Gel?

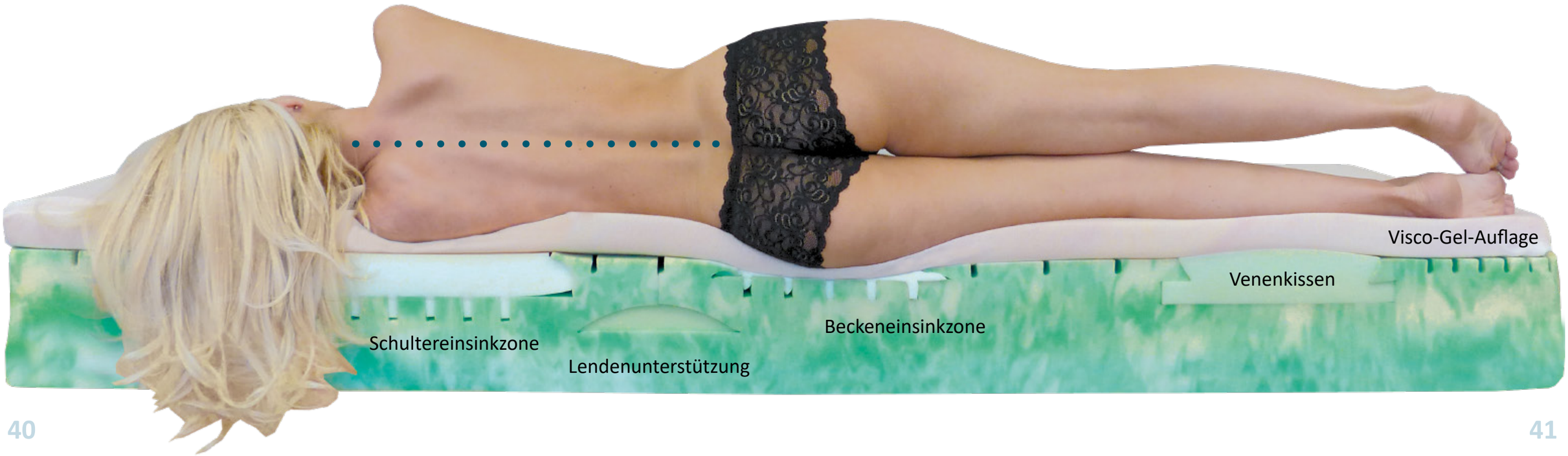
Visco-Gel ist die Weiterentwicklung des Viscoschaums mit vielen neuen verbesserten Eigenschaften. Diese Visco-Gel-Auflage besteht aus Polymerien-Gel, das hochelastisch und sehr weich ist. Bei Belastung passt es sich perfekt dem Körper an und geht danach wieder in seine Originalform zurück. Dieses Material wurde für wissenschaftliche und ärztliche Zwecke entwickelt und ist ohne Kunststoffe und ohne verflüchtigende Materialien hergestellt. Das bedeutet eine enorm hohe Lebensdauer ohne Veränderungen und ohne Verhärtungen des Materials.

Was ist der Vorteil von Visco-Gel?

Tests ergaben, dass nach 300.000 Druckbeanspruchungen die Elastizität des Materials nicht nachlässt und den hohen Anforderungen entspricht. Das Grundmaterial ist auf Polyurethan-Basis und für die Gesundheit völlig unbedenklich. Deshalb ist es für den Kontakt mit der Haut hervorragend geeignet. Wegen seiner Resistenz, Flexibilität, Geschmeidigkeit, Anpassungsfähigkeit und der langen Lebensdauer ist dieses Material bestens für unsere hohen Qualitätsansprüche geeignet.

Höhe: ca. 28 cm

Die **OrthoDorn®** Premium Gel Matratze
besteht aus Kaltschaum
und einer Visco-Gel-Auflage.



Premium Royal Matratze

Diese Matratze besteht aus zwei Teilen: die bewährte aber erhöhte Exklusiv Comfort Matratze – mit allen auswechselbaren viscoelastischen Modulen, der Lendenunterstützung und dem Venenkissen – und einer extra hohen Sojaschaum-Auflage (ca. 6,5 cm).

Was genau ist Sojaschaum?

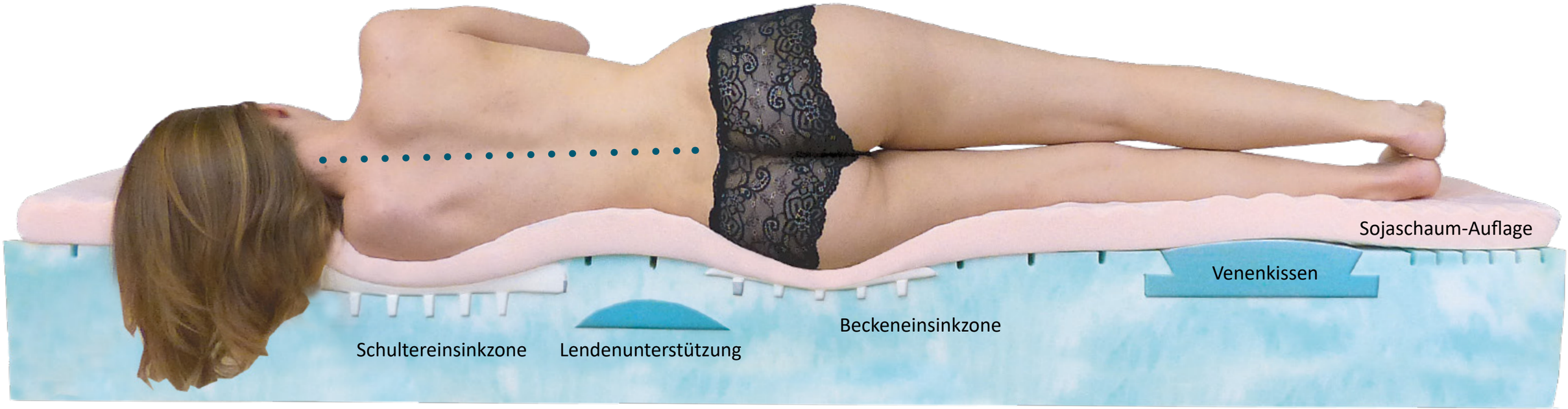
Unsere OrthoDorn® Premium Royal Matratze besteht aus natürlichen Elementen wie Soja, Wasser und Kohlenstoff. Sojaschaum entsteht aus der Verbindung zwischen dem Keim der Sojabohne und Wasser. Hier werden Natur und Technik in einer perfekten Symbiose verbunden.

Was ist der Vorteil von Sojaschaum?

Das natürliche Soja verleiht der Auflage gesundheitsfördernde Eigenschaften und kann dadurch das Wohlbefinden steigern. Es gibt dem Material eine spezielle Elastizität und wirkt feuchtigkeitsregulierend.

Höhe: ca. 28 cm

Die OrthoDorn® Premium Royal Matratze
besteht aus Kaltschaum
und einer Sojaschaum-Auflage.



Royal Deluxe Matratze

Der Kern unserer OrthoDorn® Royal Deluxe Matratze besteht ebenfalls aus Kaltschaum. Dieser ist hier ca. 19 cm hoch. Über dem Kaltschaumkern befindet sich eine ca. 6 cm hohe Sojaschaum-Auflage.

Sie bietet durch ihre ergonomischen und viscoelastischen Schichten optimalen Schlafkomfort für alle Gewichtsklassen. Dank ihrer differenzierten, druckentlastenden Elemente wird jedes Körperteil bestens gestützt. Dieser Effekt wird mit Hilfe ergonomischer Einschnitte verstärkt. Die Segmente, die aus mehreren Zonen bestehen, ermöglichen ein trockenes und außergewöhnlich druckentlastendes Schlafklima.

Was genau ist Sojaschaum?

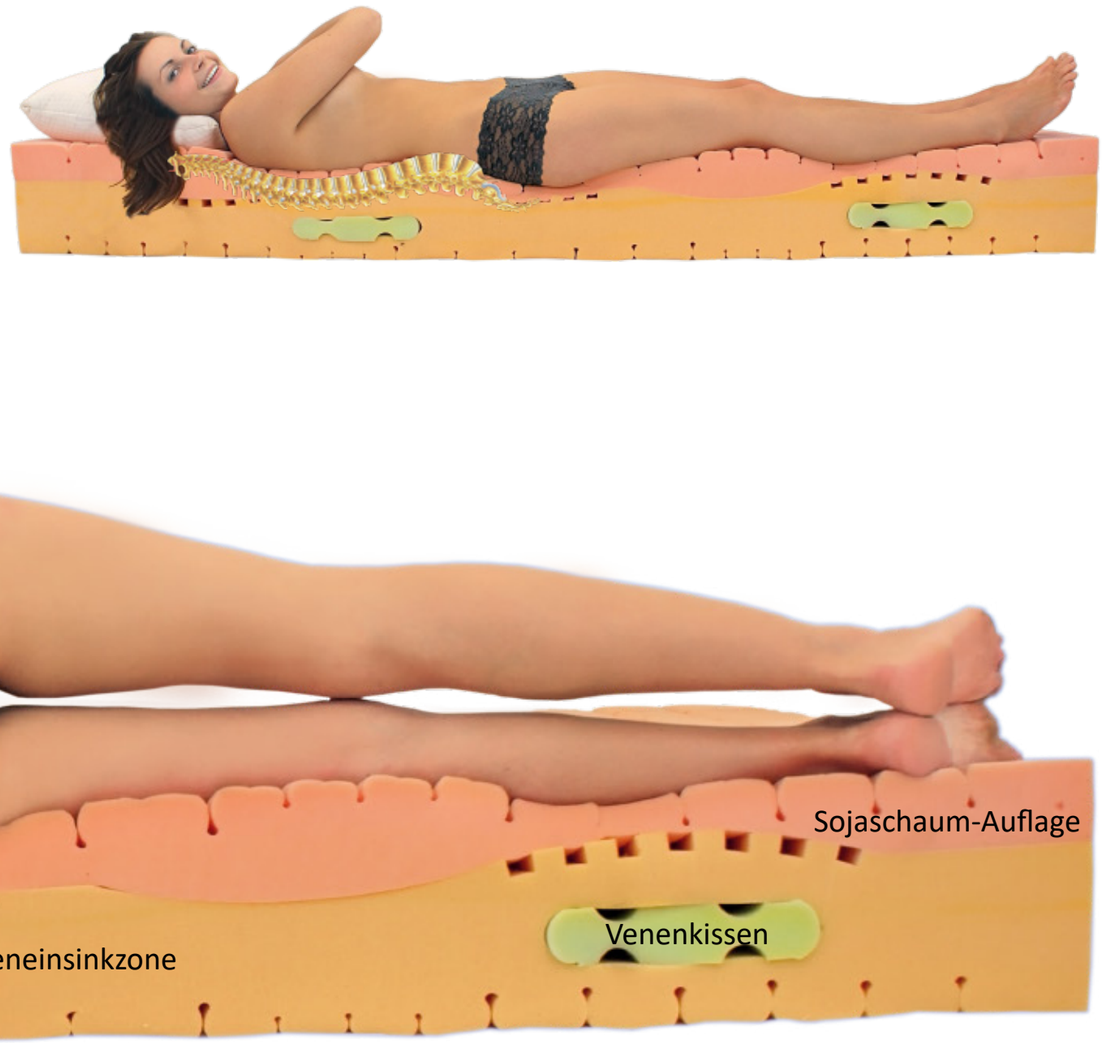
Unsere OrthoDorn® Royal Deluxe Matratze besteht aus natürlichen Elementen wie Soja, Wasser und Kohlenstoff. Sojaschaum entsteht aus der Verbindung zwischen dem Keim der Sojabohne und Wasser. Hier werden Natur und Technik in einer perfekten Symbiose verbunden.

Was ist der Vorteil von Sojaschaum?

Die hervorragende Klimatisierung wird durch die Mikrozelle der inneren Soja-Visco-Memory-Struktur erreicht, durch die ein Luftstrom fließt, der die Feuchtigkeit nach außen transportiert. Dies erlaubt einen gesunden, entspannenden und regenerierenden Schlaf.

Höhe: ca. 25 cm

Die OrthoDorn® Royal Deluxe Matratze
besteht aus Kaltschaum
und einer Sojaschaum-Auflage.



Reisematratzen

Auch auf Reisen müssen Sie nicht auf gutes Liegen verzichten!

Die Reisematratzen sind vielseitig verwendbar. Sie ersetzen natürlich nicht eine hochwertige Matratze zu Hause, aber wenn Sie an einem anderen Ort übernachten (Hotel, Wohnwagen, Bungalow, Zelt...), empfiehlt sich die Verwendung der Reisematratze über der vorhandenen Matratze, da diese Ihre Liegeposition positiv ausgleicht. Zudem schlafen Sie sauber und hygienischer. Egal wohin Sie verreisen – Ihre Reisematratze kann immer mit, denn wegen ihrer kompakten Form passt sie in jedes Fahrzeug und sorgt auch am Urlaubsort oder im Wochenenddomizil für gesunden, erholsamen Schlaf.

Unsere Reisematratzen werden auch aus den bewährten Materialien Visco- bzw. Sojaschaum gefertigt. Der Körper findet sofort die beste Position für das Einschlafen und die Bewegungen, die nachts den Schlaf stören, können reduziert werden. Die außergewöhnlichen Eigenschaften der OrthoDorn® Reisematratzen machen Muskeln und Nerven nicht gefühllos und gestatten einen besseren Blutkreislauf. Die atmungsaktiven Eigenschaften sorgen für ein frisches Hautbild. Sie nehmen nach dem Liegen immer wieder ihre ursprüngliche Form an.

Sondermaße für Wohnmobile, Wohnwagen, Bungalows etc. sind möglich!

Basis-Reisematratze

Komfort-Reisematratze

Die Basis-Reisematratze

Sie ist ca. 5 cm hoch und kann bequem in unserer großen Reisetasche mit in den Urlaub genommen werden. Ideal für z.B. Hotelübernachtungen. Hauptbestandteil ist der bewährte Viscoschaum mit niedriger Dichte, der einen unglaublichen Elastizitätswert besitzt. Bei Kontakt mit Körperwärme nimmt er die exakte Form des Körpers an, ohne diesen an irgend einer Stelle zu drücken. Zudem schützt sie vor Verschmutzungen der unteren Matratze.

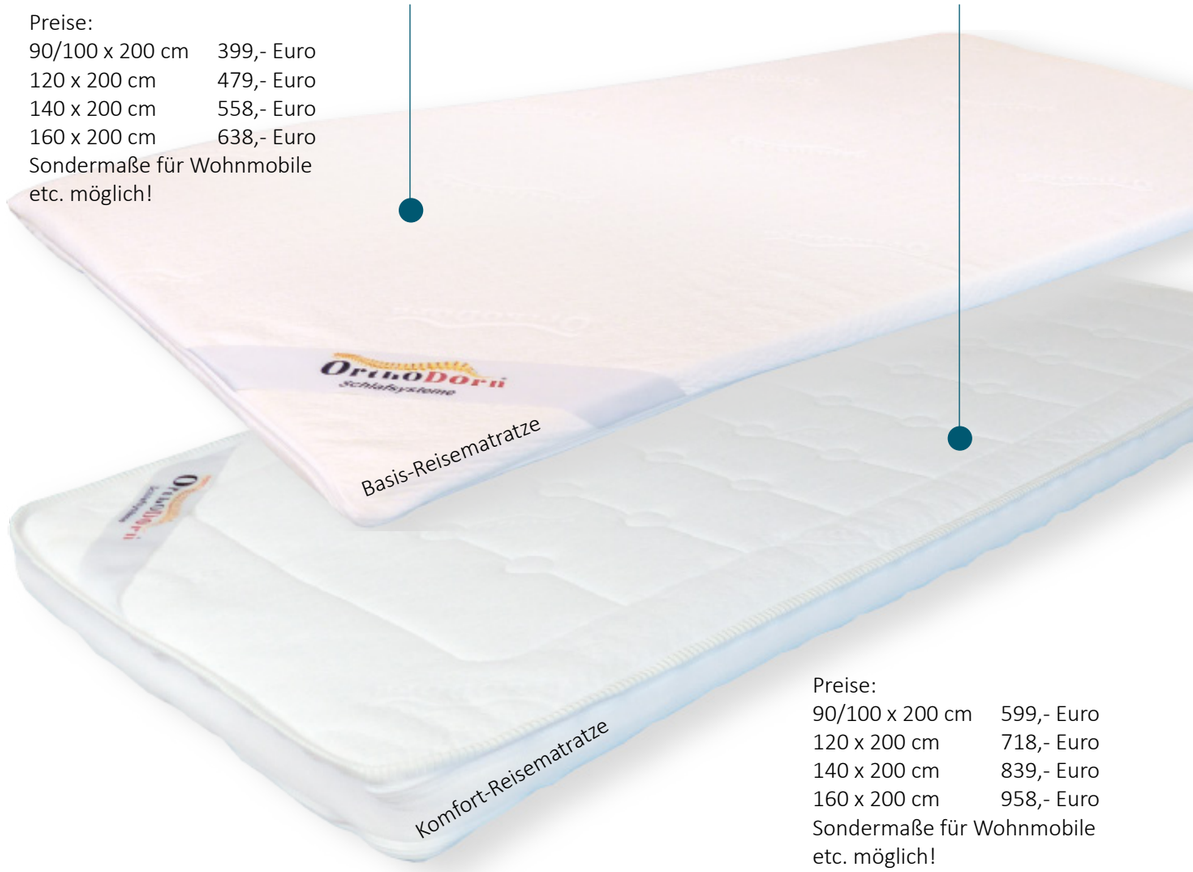
Preise:

90/100 x 200 cm	399,- Euro
120 x 200 cm	479,- Euro
140 x 200 cm	558,- Euro
160 x 200 cm	638,- Euro

Sondermaße für Wohnmobile etc. möglich!

Die Komfort-Reisematratze

Sie ist ca. 10 cm hoch und beinhaltet einen Sojaschaum der aus natürlichen Elementen wie Soja, Wasser und Kohlenstoff besteht. Auch hier werden Natur und Technik in einer perfekten Symbiose verbunden. Das natürliche Soja verleiht der Auflage gesundheitsfördernde Eigenschaften und kann dadurch das Wohlbefinden steigern. Es gibt dem Material eine spezielle Elastizität und wirkt feuchtigkeitsregulierend. Durch die Noppenform bietet sie eine ideale Körperanpassung.



Preise:

90/100 x 200 cm	599,- Euro
120 x 200 cm	718,- Euro
140 x 200 cm	839,- Euro
160 x 200 cm	958,- Euro

Sondermaße für Wohnmobile etc. möglich!

Zusätzlich erhalten Sie bei uns die praktische Trageta-sche. Sie bietet einen bequemen Tragekomfort.
Preis: 49,- Euro

Die perfekte Ergänzung: das **OrthoDorn®** Reisekissen aus Viscoschaum. Größe: ca. 25 x 40 cm
Preis: 49,- Euro

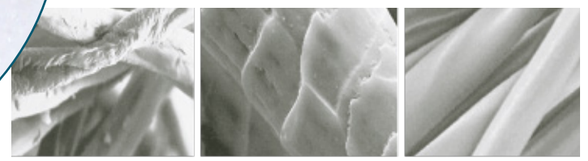
OrthoDorn® Bezüge

atmungsaktiv
feuchtigkeitsabweisend
weich

Die Bezüge unserer Matratzen bestehen aus Tencel sowie feuchtigkeitsregulierenden Klimahohlfasern – ein Material, das als besonders atmungsaktiv und feuchtigkeitsabweisend gilt und eine starke Kapillarwirkung (selbsttrocknende Wirkung) erzeugt. Auf diese Weise wird verhindert, dass Feuchtigkeit in den Matratzenkern gelangt. Die Körperwärme wird gehalten und Feuchtigkeit wird abtransportiert. Die Matratzenbezüge lassen sich leicht abnehmen und ohne Wirkungsverlust bei 60 °C im Schonwaschgang waschen.

Tencel®– die Faser aus Holz!

Bei vielen unserer Produkte, wie Bezüge, Decken usw. verwenden wir Tencel- eine Zellulosefaser, die aus Holz gewonnen wird. Diese natürliche Faser wird für Allergiker empfohlen und sorgt für ein optimales Feuchtigkeitsmanagement während des Schlafes. Es ist atmungsaktiv, absorbiert Feuchtigkeit und transportiert diese auf natürliche Weise nach außen. Somit schlafen Sie weich, wärmereguliert und angenehm trocken. Tencel ist ein waschbares Material und sieht durch die seidige Optik auch noch edel aus.



Die Faseroberfläche von Baumwolle, Wolle und Tencel im Vergleich.

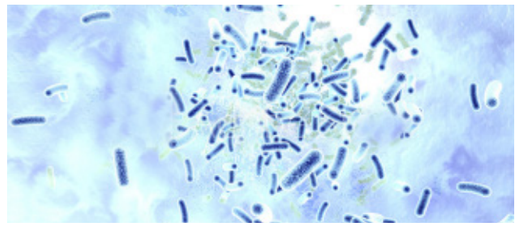
Was sind die Vorteile von Tencel®?

Vergleicht man die Faseroberflächen von Baumwolle, Wolle und Tencel, dann wird der Unterschied klar ersichtlich: Baumwolle weist eine unregelmäßige, raue Oberfläche auf, während Wolle eine sehr schuppige Faseroberfläche hat. Tencel hingegen ist glatt und geschmeidig.

In der Faserfeuchte liegt das Geheimnis.

Die Faserfeuchtigkeit beträgt bei Tencel ca. 13 % – die von Baumwolle liegt bei ca. 7 % und bei Polyester sind es sogar nur ca. 1 %. Gerade dieser natürliche Feuchtigkeitsgehalt macht Tencel zu einer spannungsfreien Faser ohne elektrostatische Aufladung. Diese Eigenschaft kann einen besseren Schlaf und eine optimale Erholung ermöglichen.

Die Faserfeuchte von Tencel (13 %), Baumwolle (7 %) und Polyester (1 %) im Vergleich.



Kaum Chancen für Bakterien.

Tencel macht es Bakterien fast unmöglich, sich auszubreiten. Im Vergleich zu beispielsweise synthetischen Stoffen kann sich das Bakterienwachstum um den bis zu 2000-fachen Wert vermindern. Selbst bei Naturfasern wie Baumwolle, ist das Bakterienwachstum immer noch um ein Vielfaches reduziert.

OrthoDorn® Tellerroste

Was unterscheidet unsere Tellerroste von herkömmlichen Lattenrosten?

Design und Technik sichern hohen Liegekomfort. Das so genannte Drehpunktlagersystem im Mittelbereich der Tellerfedern ermöglicht innen- und außendrehende Bewegungen bis zu einem Winkel von 45°. Die einzelnen Teller sorgen für eine individuelle Körperanpassung und reagieren sensibel auf die Bewegungen des Schlafenden.

Warum sollte man einen Tellerrost verwenden?

Der Tellerrost bildet die Basis der Schlafunterlage. Seine Hauptaufgaben bestehen darin, bestimmte Körperpartien zusätzlich zu stützen und Schlafbewegungen abzufedern. Unsere Tellerroste sorgen darüber hinaus auch für die nötige Durchlüftung. Design und Technik entsprechen einem hohen qualitativen Niveau und schaffen absoluten Liegekomfort. Sie unterstützen die federnde Wirkung jeder Matratze um bis zu 30 % und ermöglichen durch ihre weicher gefederte Schulterkomfortzone ein besseres Einsinken. Dadurch wird die Wirbelsäule in eine ergonomisch optimale Lage gebracht.

Die Tellerroste sind die ideale Ergänzung zu den OrthoDorn® Matratzen und werden in drei Varianten angeboten: unverstellbar (UV), manuell verstellbar (MV) oder elektrisch verstellbar (EV). Wir bieten viele Standard- und Sondergrößen an!

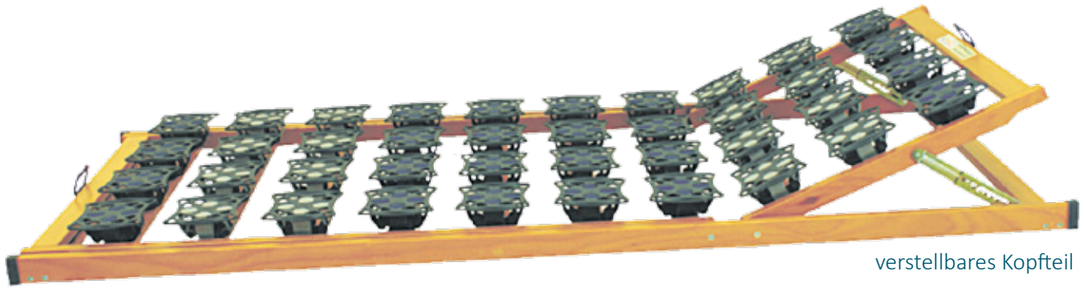
unverstellbarer Tellerrost : UV

- voller 50 mm Federweg
- Ihr Körper wird durch flexible Tellerfedern punktuell entlastet
- hochwertige Optik durch den Buchenschichtholzrahmen

Gesamthöhe: ca. 9 cm

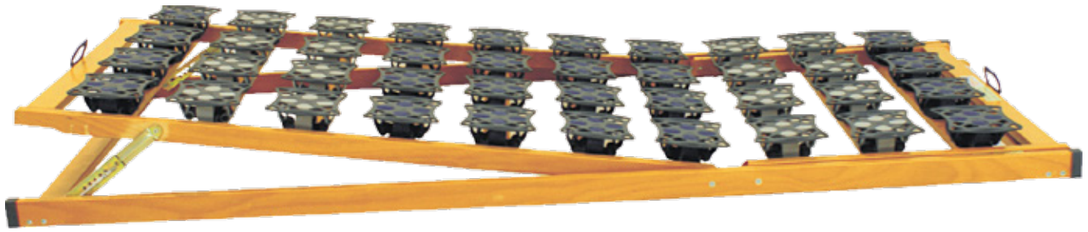
manuell verstellbarer Tellerrost : MV

- höhenverstellbares Kopf- und Fußteil
- voller 50 mm Federweg
- Ihr Körper wird durch flexible Tellerfedern punktuell entlastet
- hochwertige Optik durch den Buchenschichtholzrahmen

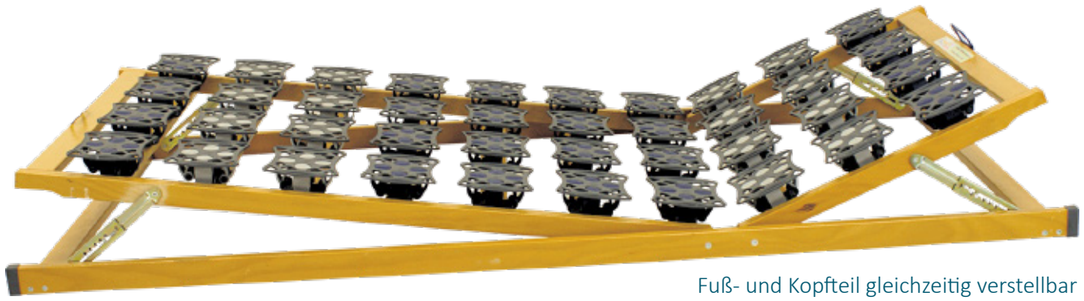


verstellbares Kopfteil

Gesamthöhe: ca. 10 cm



verstellbares Fußteil



Fuß- und Kopfteil gleichzeitig verstellbar

Stützt Körperpartien punktgenau.
Passt in fast jedes Bett.
Federt Schlafbewegungen ab.
Sorgt für bessere Durchlüftung.

elektrisch verstellbarer Tellerrost : EV

Wie funktionierts?

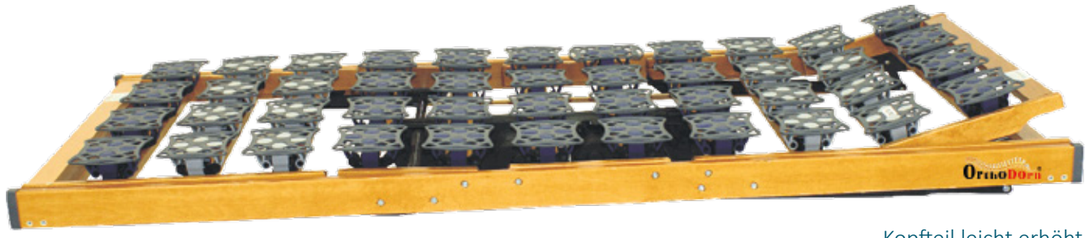
Geräuschlose Spindelmotoren mit Schneckengetrieben ermöglichen ein bequemes Einstellen der Sitz- und Liegeposition. Der Doppelmotor mit Netzfreischaltung bietet elektrosmogfreien Schlaf. Stufenlose Einstellungsmöglichkeiten – ganz bequem per Fernbedienung – bietet Ihnen der motorisch verstellbare OrthoDorn® Tellerrost. Die Notabsenkung und der Überlastungsschutz sind ebenfalls im Sicherheitspaket der motorisch verstellbaren OrthoDorn® Tellerroste enthalten.

Warum sollte ich meinen Tellerrost verstellen können?

Der elektrisch verstellbare Tellerrost ermöglicht Ihnen zu Hause höchstmöglichen Komfort. Die Füße können zur Entlastung höher gelagert werden. So kann Gewebeflüssigkeit aus den Beinen besser abtransportiert werden. In der Stufenlage werden die Bandscheiben der Lendenwirbelsäule optimal entlastet. Das kurze Kopfteil dient als Kopf- und Nackenstütze und kann automatisch mit angepasst werden. Ebenso kann der Oberkörper höher gelagert werden, z.B. zur Vermeidung von morgendlichem Schwindel. Oder Sie lesen abends im Bett und lassen sich dann per Knopfdruck in die flache Schlafposition bewegen. Luxus pur! Kopf- und Fußteil sind stufenlos und separat in jede erdenkliche Stellung zu bringen.

TÜV geprüfte Sicherheit!

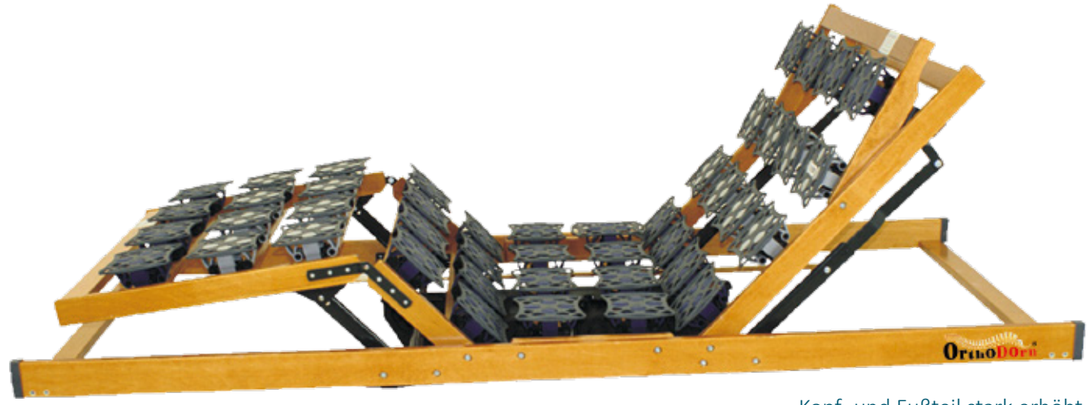
- stufenlos höhenverstellbares Kopfteil bis zur Sitzposition
- stufenlos höhenverstellbares Fußteil
- inkl. Fernbedienung
- **elektrosmogfrei durch Netzfreischaltung**
- **Notabsenkung**
- **Überlastungsschutz**
- voller 50 mm Federweg
- Ihr Körper wird durch flexible Tellerfedern punktuell entlastet
- hochwertige Optik durch Buchenschichtholzrahmen



Höhe ca. 11 cm

Kopfteil leicht erhöht

Kopf- und Fußteil erhöht



Kopf- und Fußteil stark erhöht

Kopf- und Fußteil maximal erhöht

Zirben-Tellerroste

Wir können auch ganz individuelle
Wünsche für Sie erfüllen –
alle Größen sind möglich.

Höhe ca. 12 cm

Zirben-Tellerrost
manuell verstellbar (MV):
Rahmen ist aus Buchenholz – Teller aus Zirbenholz

Zirben-Tellerrost
unverstellbar (UV):
Rahmen und Teller sind aus Zirbenholz

Höhe ca. 12,5 cm

Höhe ca. 13 cm

Zirben-Tellerrost
elektrisch verstellbar (EV):
Rahmen ist aus Buchenholz – Teller aus Zirbenholz

OrthoDorn® Kissen

Wichtig für die Halswirbelsäule: das stützende Kissen

Das Kissen spielt eine wichtige Rolle für die Regeneration der Wirbelsäule in der Nacht. Deswegen ist es wichtig, das Kissen zu finden, das optimal auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmt ist und die Ergonomie der Wirbelsäule unterstützt. Es sollte die Halswirbelsäule im Liegen entlasten, sodass sich die Bandscheiben während der Nacht regenerieren können. Dazu muss die Halswirbelsäule in einer geraden Position sein. Eine krumme oder abgeknickte Halswirbelsäule nach unten (bei einem zu niedrigen Kissen) oder nach oben (bei einem zu hohen Kissen) kann auf Dauer zu Wirbelverschiebungen oder Blockaden im Halswirbelbereich führen.

Das richtige Kissen sorgt für ein angenehmes und entspanntes Gefühl im Liegen, und auch das Material des Kissens kann die nächtliche Erholung erheblich beeinflussen. Es sollte atmungsaktiv und feuchtigkeitsregulierend sein, um ein optimales Schlafklima zu gewährleisten.

Alle Kissenbezüge sind aus Tencel® (siehe Seite 49).

Stabil oder lieber kuschelweich?

Wir haben verschiedene Kissen aus unterschiedlichen Materialien. Lassen Sie sich ganz individuell beraten und liegen Sie gerne auch eine Weile Probe. Wir haben für jeden das passende Kissen!

Das Kissen spielt eine sehr wichtige Rolle für die Regeneration der Wirbelsäule in der Nacht!

Premium Gelkissen

Dieses Formkissen hat einen stabilen, ergonomisch geformten Visco-Gel-Kern, der den Nacken unterstützt. Es bietet einen Bezug aus Tencel®, den man bei 60°C waschen kann. Extra weich. **Geeignet für sehr zierliche Personen (bis ca. 55 kg) mit schmalen Schultern.**

Maße: ca. 42 x 72 cm, Preis: 129,- Euro

Visco Exklusiv Kissen

Dieses Kissen besteht aus dem bewährten Viscoschaum. Da er keinerlei Gegendruck bietet, wird der Kopf absolut ohne Druck gelagert, d.h. Druckschmerzen und Durchblutungsstörungen werden vermieden, der Kopf und der Hals ruhen ergonomisch optimal entspannt. **Geeignet für normal gebaute Personen (ab ca. 55 kg) mit normal breiten Schultern.**

Maße: ca. 42 x 72 cm, Preis: 129,- Euro

Royal Deluxe Kissen

Es besteht aus natürlichen Elementen wie Soja, Wasser und Kohlenstoff. Das natürliche Soja verleiht dem Kissen gesundheitsfördernde Eigenschaften und steigert dadurch das Wohlbefinden. Es gibt dem inneren Material eine spezielle Elastizität und wirkt feuchtigkeitsregulierend. Wir bieten dieses Kissen mit der bewährten Wellenform oder gleichmäßig hoher Form (Seifenform) an. **Geeignet für kräftigere Personen (ab ca. 90 kg) mit breiteren Schultern.**

Maße: ca. 42 x 72 cm, Preis: 129,- Euro

Wellenform

Hoch ohne Welle (Seifenform)

Clean-wave Kissen

Das waschbare Kissen

Das Besondere an diesem ergonomischen Kissen ist, dass es komplett waschbar ist. Dabei ist es ebenfalls sehr atmungsaktiv, unverformbar und natürlich ohne Klebstoff. Die bewährte Wellenform sorgt für eine perfekte Schlafposition und die optimale Unterstützung für Ihre Halswirbelsäule.

Maße: ca. 42 x 72 cm, Preis: 129,- Euro

- das komplette Kissen ist geeignet für 30° Maschinenwäsche
- schleudern im Kurzprogramm (max. 10 Minuten)
- wäschetrocknergeeignet bei bis zu 65° (max. 90 Minuten)
- empfohlene Waschgänge insgesamt: 7
- erhältlich in der Wellenform und der höheren Variante ohne Welle (Seifenform)

Wellenform

Hoch ohne Welle (Seifenform)

Reisekissen

Passend zu den OrthoDorn® Reisematratzen (siehe Seite 46-47) bieten wir ein hochwertiges Reisekissen an, das ebenfalls innen einen Kern aus Viscoschaum besitzt. Der Bezug ist auch hier aus hochwertigem Tencel®.

Maße: ca. 25 x 40 cm, Preis: 49,- Euro

OrthoDorn®

Vierjahreszeitendecke aus Tencel®

Auch bei den Decken können wir Ihnen eine einfache, aber gesunde Lösung für Sommer und Winter anbieten. Die OrthoDorn® Vierjahreszeitendecke besteht aus zwei Teilen: einer dünnen Decke, ideal für den Sommer und einer etwas dickeren Decke für den Übergang. Kombiniert erhält man eine ideale Winterdecke mit der hohen Wärmestufe 5. Das Oberbett sorgt mit dem unvergleichlichen Material Tencel® (siehe Seite 49) für ein perfektes Schlafklima. Im Gegensatz zu Daunen oder Federn nimmt Tencel® 50% mehr Feuchtigkeit auf und wirkt zudem antibakteriell.

Preise:
135 x 200 cm 389,- Euro
155 x 220 cm 459,- Euro

- hautfreundlich
- atmungsaktiv
- antiallergisch
- extra leicht
- Tencel®
- waschbar bei 60°C
- variable Wärmestufe

OrthoDorn®

Spannbettlaken und Kissenbezüge

Unsere Spannbettlaken und Kissenbezüge bestehen aus hochwertigen Materialien und überzeugen durch einen sanft fließenden Fall, seidigen Glanz und Pflegeleichtigkeit. Sie unterstützen die Funktion der Haut als das größte menschliche Atmungsorgan. Unsere Laken und Bezüge weisen eine außergewöhnlich glatte Oberfläche auf und garantieren ein sanftes Streichelgefühl auf der Haut. Wir führen alle gängigen Größen und eine große Auswahl an Farben.

Serie „deLuxe“
hautsympathische Baumwolle, faltenfrei

Die Serie „deLuxe“ ist aus feinster, ausgesuchter Baumwolle und einem Anteil Elastan gewebt (95% Baumwolle, 5% Elastan). Der Stoff ist sehr elastisch und schmiegt sich perfekt an – sitzt perfekt und faltenfrei! Durch die edle und hochwertige Verarbeitung fühlt er sich sehr angenehm auf der Haut an. Alle Kissenbezüge und Spannbettlaken sind pflegeleicht, bei 60° waschbar, trocknergeeignet und bügelfrei.

699 schnee	425 silber	398 hellblau	532 krokus	535 zitrone
355 leinen	004 grau	713 mittelblau	722 lavendel	685 gold
681 creme	527 steel	616 royal	533 pflaume	370 mandarine
074 sand	528 titan	729 marine	319 lind	234 papaya
095 cappuccino	424 anthrazit	405 azur	320 moos	189 kupfer
600 weiß	604 schwarz	529 petrol	545 schilf	352 rubin
407 taupe		400 zartrosa	646 weizen	396 bordeaux

– feinste Baumwolle mit Elastan
  (95% feinste Baumwolle, 5% Elastan)
– exzellente Passform
– keine Faltenbildung

Serie „Membran“
flüssigkeitsundurchlässig, extrem weich

Durch die neueste Membran-Generation, sowie das innovative Zusammenfügungsverfahren, entsteht das flüssigkeitsundurchlässige Dermofresh-Gewebe. Gut geeignet bei Inkontinenz oder starkem Schwitzen, da keine Feuchtigkeit in die Matratze gelangen kann.

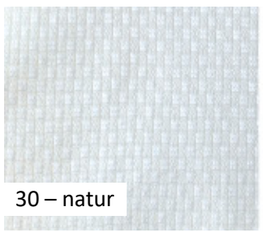
– extrem weiche Oberfläche aus Tencel®
– flüssigkeitsundurchlässig
– temperaturausgleichend
– doppelseitig elastisch
– geräuschlos (raschelfrei)
– wirkt wie eine zweite Haut
– erhält und erhöht den Komfort
  der Matratze und des Kopfkissens
– passt sich Ihrer Matratze perfekt an
– Anti-Milbenschutz
– Anti-Bakteriell
– umweltfreundlich
– **auf Wunsch können auch Sondergrößen berücksichtigt werden**

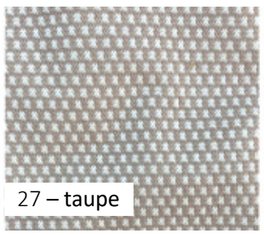
weiß 01 / schwarz 24	natur 09	rosa 34	flieder 35
pistazie 04	himmelblau 32	blaue Briese 37	seegrün 29
lavendel 36	azurblau 31	aloe-grün 38	pink 25
taupe 27	granat 14	rosenblüte 39	anthrazit 21

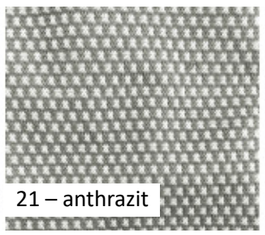
Serie „Polaris“
flüssigkeitsundurchlässig, atmungsaktiv, wärmeregulierend

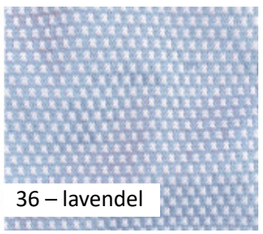
Die Spannbettlaken und Kissenbezüge der Serie „Polaris“ sind etwas ganz Besonderes. Sie bestehen aus der Naturfaser Tencel® (siehe Seite 49) welche hervorragend die Feuchtigkeit regelt und HDPE, eine in Japan entwickelte Faser, die eine **hohe thermische Leitfähigkeit und Wärmeableitung** ermöglicht. Diese Kombination sorgt aufgrund ihrer hohen Wärmeleitfähigkeit und –ableitung für **eine kühlende Wirkung sowie eine ausgezeichnete Feuchtigkeitsregulierung** – dieses angenehm leicht kühlende Bettklima senkt die Temperatur um bis zu 3°.

Zusätzlich **schützen die Materialien vor Schmutz, Feuchtigkeit, Milben und Bakterien**. Auch Ihre Matratze ist dauerhaft vor Feuchtigkeit geschützt.


30 – natur


27 – taupe


21 – anthrazit


36 – lavendel

DORN-Anwendung – Schmerzfrei dank sanftem Impuls.

Der Begründer der DORN-Anwendung: Dieter Dorn

Im Alter von 35 Jahren lernte Dieter Dorn einen Bauern kennen, der bekannt war für seine Verfahrensweise bei Schmerzen im Rücken und ihn in Minuten von seinem Hexenschuss befreite. Dies faszinierte ihn so sehr, dass er sich dieses Verfahren selbst aneignete und schon bald fing Dieter Dorn an, immer mehr Menschen, die unter Schmerzen litten, zu helfen und hatte dabei großen Erfolg.

Nachdem 1985 ein Orthopäde in der Nähe von Dieter Dorn seine Praxis eröffnete, hörte dieser immer wieder von den Leuten: „Wenn man etwas im Kreuz hat, muss man zum Dorn gehen, aber der ist kein Arzt.“ Das erstaunte ihn so sehr, dass er sich mit Dieter Dorn in Verbindung setzte. Er war erstaunt wie einfach und genial er arbeitete und durfte das auch am eigenen Leib erfahren. Schnell entstand die Idee, Seminare über die DORN-Anwendung zu veranstalten, damit jeder diese einfache wie geniale Anwendung erlernen kann. Zusätzlich versorgte er Dieter Dorn ausreichend mit medizinischer Literatur damit er auch gut wiedergeben konnte, was genau er tat, denn Dieter Dorn war bis dahin der Meinung, dass er bei den Menschen auf die Bandscheiben drückte. Erst der Arzt klärte ihn auf: es waren die Dornfortsätze und mit der Bewegung dieser Fortsätze bewegten sich auch die Bandscheiben.

Mit einer ebenso einfachen wie genialen Anwendung, kann der Anwender ganz schnell eine bestehende Beinlängendifferenz feststellen.

Dieter Dorn (l.), Erhard Seiler (r.)

Da sich Erhard Seiler noch zu Lebzeiten Dieter Dorns in engem Kontakt mit dem Mentor befand und sie auch freundschaftlich verbunden waren, hat er die DORN-Anwendung von ihm persönlich erlernt. Seit Jahren ist er nun selbst Seminarleiter und hat schon sehr vielen seiner Kunden helfen können. Diese einfache wie geniale Anwendung rundet seine Arbeit im Umgang mit Menschen und deren Schlaf-, Rücken- und Gelenkproblemen perfekt ab.

Was genau ist die DORN-Anwendung?

Ein stabiles Haus braucht ein solides Fundament und stützende Pfeiler. Ähnlich verhält es sich auch mit unserem Körper. Besitzt er eine ausgeglichene Basis, z.B. gleich lange Beine und eine gerade Hüfte, gerät er nicht ins Wanken. Mit der DORN-Anwendung kann man auf einfache und schonende Art Gelenke und Wirbel wieder in ihre ursprüngliche Position bringen und somit Fehlstellungen korrigieren. Der große Vorteil liegt darin, dass sämtliche Bewegungen, sowohl die des Anwenders als auch die des Klienten, im natürlichen Bewegungsfluss des Menschen geschehen und vorhandene Blockaden durch direkten Kontakt mit dem Gewebe und der betroffenen Stelle gelöst werden können. DORN lindert nicht nur die Symptome, sie setzt an der Ursache an, was zu einem dauerhaften Erfolg führen kann.

Beckenschiefstand und Beinlängendifferenz

Bei vielen Menschen kommt es im Alltag zu einem Beckenschiefstand oder einer Beinlängendifferenz, z.B. durch Verletzungen, Krankheiten oder Fehlhaltungen (das Sitzen mit übereinander geschlagenen Beinen, das Tragen von High Heels, typisch einseitige Belastungen oder das Tragen des Geldbeutels in der hinteren Hosentasche). Auch falsches Heben mit rundem Rücken oder das Tragen von Taschen oder Schulranzen auf einer Schulter können eine Beinlängendifferenz bzw. einen Beckenschiefstand zur Folge haben.

Laut einer Statistik, die Dieter Dorn im Laufe seiner Jahrzehnte langen Erfahrung mit der Anwendung gemacht hat, kommt auf ca. 750 Fälle von Beinlängendifferenz ein Echter. Das bedeutet, fast alle verordneten orthopädischen Einlagen oder Absatzerhöhungen sind im Grunde überflüssig.

Bei 95% aller Menschen verschieben sich im Laufe des Lebens Wirbel aus ihrer idealen Position, was neben Schmerzen auch Blockaden, Verspannungen sowie anderweitige Befindlichkeitsstörungen nach sich ziehen kann. Veränderungen der Wirbelsäule wirken sich über die Nervenbahnen sogar bis in innere Organe aus, da über sie sämtliche Körperfunktionen gesteuert werden. Asthma, Herz- oder Magenbeschwerden, um nur einige zu nennen, sind die Folge. Eine länger andauernde Verschiebung der Gelenkkörper kann sogar zu chronischen Krankheitsbildern wie Kopfschmerzen, Bandscheibenvorfall oder Ischiasbeschwerden führen.

Bei der DORN-Anwendung werden die Wirbelkörper mit sanftem Impuls wieder in ihre ursprüngliche Position gebracht, und selbst langjährige Wirbelfehlstellungen können damit korrigiert werden.

Schmerzfrei dank sanftem Impuls!

Die sanfte DORN-Anwendung gilt inzwischen als Geheimtipp. Der DORN-Anwender erkennt die Fehlstellung und bringt die Wirbel durch sanftem Impuls und unter Eigenbewegung des Klienten in die richtige Position. Dadurch können auch Energieblockaden, die Störungen u.a. in psychischen Bereichen verursachen, aufgelöst werden. Einfache Selbsthilfeübungen sorgen dann für dauerhaften Erfolg.

Die DORN-Anwendung ist keine Chiropraktik, sondern eine sanfte, natürliche, ungefährliche und sehr wirksame Verfahrensweise, ohne Medikamente, ohne Nebenwirkungen und ohne technische Hilfsmittel. Mehr über die DORN-Anwendung erfahren Sie bei uns im OrthoDorn® Zentrum.

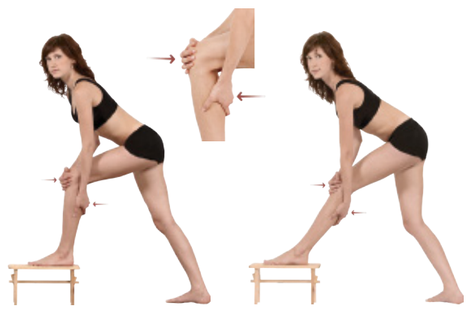
DORN-Selbsthilfeübungen

Korrektur der Beinlänge stehend

Heben Sie Ihr Bein an und haken Sie eine Hand am Oberschenkel, direkt unter dem Gesäß ein. Senken Sie Ihr Bein ab und ziehen Sie mit Ihrer Hand dabei leicht nach oben, bis der Fuß wieder fest am Boden steht. Dabei stets den Druck der Hand aufrecht erhalten.

Korrektur der Beinlänge liegend

Heben Sie Ihr Bein angewinkelt an und platzieren Sie Ihre Hand am Oberschenkel direkt unter dem Gesäß (alternativ kann auch ein Tuch verwendet werden). Legen Sie das Bein langsam nach unten ab und ziehen Sie mit der Hand oder dem Handtuch langsam Richtung Kopf, so wird das Hüftgelenk eingerichtet.



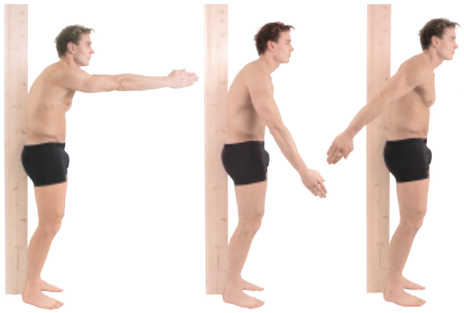
Korrektur des Kniegelenks

Stellen Sie Ihr Bein auf einen kleinen Hocker. Umfassen Sie mit einem sicheren Griff Ihre Kniescheibe, die andere Hand findet ihren Platz an der Wade. Üben Sie einen Gegendruck auf Ihr Kniegelenk (nach hinten) und die Wade (nach vorne Richtung Schienbein) aus und strecken Sie dabei Ihr Knie durch.

DORN-Selbsthilfeübungen

Korrektur des Kreuzbeins

Stellen Sie sich mit einem Bein auf ein Brett/Buch und stützen Sie sich mit einer Hand an der Wand ab. Drücken Sie mit Ihrer Hand auf das ISG-Gelenk (Iliosacralgelenk = Darmbein-Kreuzbein-Gelenk) und schwingen Sie dabei mit dem Gegenbein. Druck immer ausüben, wenn das Bein hinten ist - der Schwung des Beines wird dadurch optimal ausgenutzt.



Korrektur der Brustwirbelsäule

Stellen Sie sich mit dem Rücken gegen eine abgerundete Kante (Schrank, Türrahmen etc.) und zwar so, dass Sie mit Hilfe der Kante die Dornfortsätze abfühlen können; erst auf der rechten und dann auf der linken Seite. Wenn Sie dabei auf empfindliche Stellen stoßen, können Sie versuchen, dagegen zu drücken. Während dessen schwingen Sie die Arme gegenläufig.

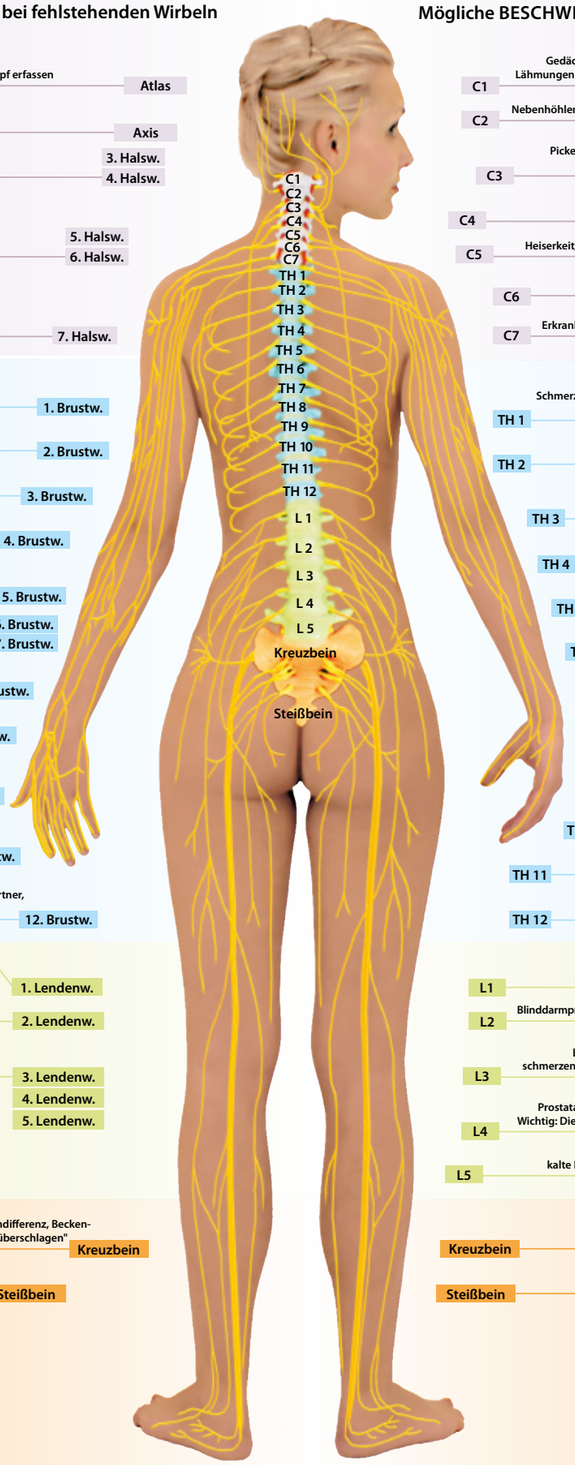
Korrektur der Halswirbelsäule

Die Halswirbelsäule mit den Fingern beider Hände gleichmäßig abtasten. Bei erspürter Unregelmäßigkeit gefühlvoll auf den vorstehenden Querfortsatz drücken und gleichzeitig den Kopf drehen („Nein-Bewegung“).

Wirbel- und Nervenübersicht der DORN-Anwendung

Mögliche INNERE PROBLEME bei fehlstehenden Wirbeln

- Kronen-Chakra, fehlende "Übersicht", Probleme mit dem Schöpfer, will alles mit dem Kopf erfassen — Atlas
- Stirn-Chakra, fehlende "Weitsicht", will nicht hinsehen oder überfordert den Sehsinn — Axis
- will nicht zuhören, keinen festen Standpunkt, schwankend, verliert den Halt, Schuldgefühle — 3. Halsw. / 4. Halsw.
- Hals-Chakra, kann nicht gut reden, kann sich nicht durchbeißen, Kloß im Hals — 5. Halsw. / 6. Halsw.
- läßt sich demütigen, fühlt sich unterdrückt, leidet still, wehrt sich nicht — 7. Halsw.
- überlastet sich gerne, Schultern tragen viel, macht alles selbst, kein Vertrauen — 1. Brustw.
- Herz-Chakra, kann nicht liebevoll sein, verschließt sein Herz, hartherzig, freudlos — 2. Brustw.
- will nichts für sich, stellt sich zurück, will nicht durchatmen, keine eigene Meinung — 3. Brustw.
- innere Wut, läßt nichts raus, zielstrebig, verbittert, hart zu sich selbst — 4. Brustw.
- Sorge um andere, Probleme mit dem "inneren Kind", vernachlässigt eigene vitale Interessen, immer traurig, weint viel — 5. Brustw.
- "schluckt" viel, läßt nichts raus, inneres Aufbäumen, verliert sich in Süchte: Essen und Trinken — 6. Brustw. / 7. Brustw.
- Energie-Chakra, macht sich Sorgen, starr, läßt den Fluß des Lebens nicht zu — 8. Brustw.
- unterdrückt die eigene Aggressivität, macht Vorwürfe, wird allergisch — 9. Brustw.
- Partnerschaftsprobleme mit Eltern, Ehepartnern, Kindern, Kollegen, Nachbarn, Mitmenschen... — 10. Brustw.
- Kontaktprobleme, Unsicherheit, sieht immer die eigenen Schwächen, ängstlich, Beziehungsängste — 11. Brustw.
- Neuanfang fällt schwer, ängstlich, Loslassen-Problem vom Vergangenen wie z.B. Eltern, Ehepartner, Menschen, Tiere, Wohnort, Besitz, Arbeit, Beruf — 12. Brustw.
- 1. Lendenw.
- verkrampft sich schnell, Panikgefühle — 2. Lendenw.
- Sexual-Chakra, Sexualprobleme, Trägheit im "Verdauen", fehlende Geborgenheit, Schuldgefühle — 3. Lendenw. / 4. Lendenw. / 5. Lendenw.
- Wie trage ich die "Last des Lebens"? Problem: Beindifferenz, Beckenschiefstand, sitzt schlecht, zuviel im Auto, Beine "überschlagen" — Kreuzbein
- Basis-Chakra-Probleme, wenig Verbindung zur “Mutter Erde” — Steißbein



Mögliche BESCHWERDEN durch fehlstehende Wirbel

- C1 — Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Migräne, Gedächtnisschwund, chron. Müdigkeit, Schwindel, halbseitige Lähmungen durch ungleichmäßige Durchblutung der Gehirnhälften
- C2 — Nebenhöhlenbeschwerden, Augenleiden, Taubheit, Ohrenschmerzen
- C3 — Gesichts-Nerven-Schmerzen, Pickel, Akne, Ohrensausen, Zahnschmerzen, schlechte Zähne, Karies, Zahnbluten, Neuralgie, Tinnitus (Ohrgeräusche)
- C4 — Dauerschnupfen, Gehörverlust, aufgeplatzte Lippen, verkrampfte Lippenmuskeln, Polypen, Katarrh
- C5 — Heiserkeit, Halsschmerzen, chron. Erkältung, Kehlkopfentzündung
- C6 — Mandelentzündung, Krupp, steifes Genick, Keuchhusten, Oberarmschmerzen, Kropf
- C7 — Schilddrüsenerkrankungen, Schleimbeutel-Erkrankungen in der Schulter, Depressionen, Ängste, Erkältung
- TH 1 — Schulterschmerzen, Nackenverkrampfung, Schmerzen in Unterarm und Hand, Sehnenscheidenentzündung im Unterarm, Tennisarm, pelziges Gefühl in den Fingern
- TH 2 — Herzbeschwerden, Rhythmusstörungen, Ängste, Schmerzen im Brustbein
- TH 3 — Bronchitis, Grippe, Rippenfellentzündung, Lungenentzündung, Husten, Atembeschwerden, Störung im Brustbereich, Asthma
- TH 4 — Gallenleiden, Gallensteine, Gelbsucht, seitliche Kopfschmerzen (vom Gallenmeridian)
- TH 5 — Leberstörungen, niedriger Blutdruck, Blutarmut, Müdigkeit, Gürtelrose, Kreislaufschwäche, Arthritis
- TH 6 — Magenbeschwerden, Verdauungsstörungen, Sodbrennen, Diabetes
- TH 7 — Zwölffingerdarm-Geschwüre, Magenbeschwerden, Schluckauf, Störungen des Wirbels über längere Zeit: Vitaminmangel, Schwächegefühl
- TH 8 — Milz-Probleme, Abwehrschwäche
- TH 9 — Allergien, Nesselausschläge
- TH 10 — Nieren-Probleme, Salz kann nicht raus, Arterienverkalkung, chronische Müdigkeit
- TH 11 — Hauterkrankungen wie Akne, Pickel, Ekzeme, Furunkel, rauhe Haut, Schuppenflechte (viel trinken)
- TH 12 — Dünndarmprobleme, Blähungen, Rheuma, Wachstumsstörungen, Unfruchtbarkeit
- L1 — Dickdarmstörungen, Darmdurchblutungsstörungen, Verstopfungen, Durchfall usw., Darmträgheit
- L2 — Blinddarmprobleme, Krämpfe im Bauch, Übersäuerung, Krampfadern
- L3 — Schwangerschaftsstörungen, Menstruationsbeschwerden, Wechseljahrprobleme, Blasenleiden, Knieschmerzen - häufig mit der Blase zusammen, Impotenz, Bettnässen
- L4 — Ischias, Hexenschuß, Prostatastörungen, schmerzhaftes oder zu häufiges Harnlassen, Wichtig: Die schmerzende Gesäßmuskulatur mit Öl weichmassieren.
- L5 — Durchblutungsstörungen der Unterschenkel und Füße, kalte Füße, Wadenkrämpfe, Schwellungen der Füße und Beine
- Kreuzbein — Ischias, Unterleibs-Probleme, chronische Verstopfung, Schmerzen in Beinen und Füßen
- Steißbein — Hämorrhoiden, Afterjucken, Schmerzen beim Sitzen

© Copyright 2015

GESUND MEDIA
Isarstraße 1a – 83026 Rosenheim
Tel.: 08031/809 33 60
info@gesund-media.de
www.gesund-media.de

DORN-Selbsthilfeübungen

Korrektur der Lendenwirbelsäule

Sitzt Ihr Schmerz auf der linken Seite, stellen Sie sich mit dem linken Bein auf ein Brett. Stützen Sie sich mit der linken Hand an einer Wand ab. Die Finger der rechten Hand platzieren Sie links neben den Dornfortsätzen der Lendenwirbelsäule (auf der Schmerzseite als Krallenhand). Ziehen Sie mit den Fingern von der Stelle weg, an der der Schmerz sitzt (der Druck geht somit nach rechts vom Schmerz weg), und schwingen Sie dabei mit dem rechten Bein im gleichmäßigen Rhythmus.

Korrektur des Schultergelenks

Legen Sie Ihre Hand seitlich auf Ihren Oberarm in Höhe des Schultergelenks. Ihr Arm zeigt nach unten. Üben Sie mit der Hand einen Druck zum Gelenk hin aus und heben Sie den Arm an, bis er in einem Winkel von 90 Grad, also waagerecht zu Ihrer Schulter, steht. Senken und heben Sie Ihren Arm mehrmals und drücken Sie dabei das Schultergelenk kontinuierlich zum Körper hin.

Korrektur des Kiefergelenks

Öffnen Sie Ihren Mund und positionieren Sie Ihre Hände beidseitig am Kinn. Schließen Sie Ihren Mund, indem Sie langsam mit Ihren Händen in Richtung Ihrer Ohren drücken.

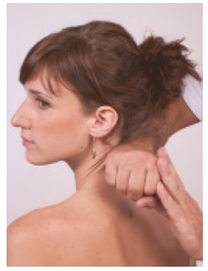
Seminare

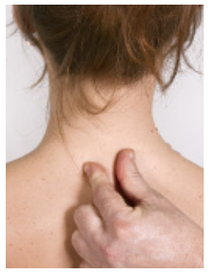
Sie haben Interesse, die DORN-Anwendung selbst zu erlernen? Dann besuchen Sie doch unsere Seminare. Einmal im Monat (Samstags) gibt Herr Seiler das Seminar zur „DORN-Anwendung“ und am darauf folgenden Sonntag das Seminar „Schröpfen, Gua Sha und Qi-Magnet-Akupunktur in Verbindung mit DORN“. Alle Termine unter: https://orthodorn.de/veranstaltungen/

Tagesseminar DORN-Anwendung

Die DORN-Anwendung ist eine sanfte Wirbel- und Gelenktherapie. Sie kann bei Erkrankungen, die direkt oder indirekt mit der Wirbelsäule zusammenhängen, angewendet werden. Basis der DORN-Anwendung ist die manuelle Korrektur der Beinlängen. Die Folgen der Beinlängendifferenz können Beckenschiefstand bzw. Wirbelverschiebungen sein. Dadurch entstehen Schmerzen in den Wirbelgelenken. Veränderungen der Wirbelsäule wirken sich über den Spinalnerv bis in innere Organe aus, was zu Kopfschmerzen, Asthma, Schwindel, Skoliosen, Herz- oder Magenbeschwerden führen kann. Eine länger andauernde Verschiebung der Gelenkkörper kann zu Krankheiten wie Hexenschuss, Bandscheibenvorfall oder Ischiasbeschwerden führen. Schmerzfrei dank sanftem Impuls!

Seminarkosten: 130,- € pro Person





Tagesseminar Schröpfen / GuaSha / Qi-Magnet-Akupunktur / DORN

In diesem Seminar werden die Behandlungsformen des Schröpfens, Gua Sha und die Qi-Magnet-Akupunktur genau erläutert und auch für Laien logisch, klar und anschaulich dargestellt. Genau wie die DORN-Anwendung können auch Schröpfen, Gua Sha und die Qi-Magnet-Akupunktur von jedem erlernt und ausgeübt werden. Mit diesem Seminar bekommen Sie kurze Einblicke in die geschichtliche Entwicklung und erlernen auch in Theorie und Praxis, wie man diese korrekt anwendet und wie sie auf den ganzen Körper wirken.

Alle drei Techniken stellen eine sehr gute und sinnvolle Ergänzung zur DORN-Anwendung dar. Besonders das Wirbelschröpfen, die Skoliose-Anwendung, aber auch die ergänzende Lockerung und Entgiftung bestimmter Areale können nach einer DORN-Anwendung zusätzlich viel bewirken. Auch ist die Verbindung zur Meridianlehre ein wichtiger Bestandteil dieser Anwendungen.

Seminarkosten: 130,- € pro Person

Die Tagesseminare reichen aus, die Behandlungsformen zu erlernen und selbstständig anzuwenden.
Alle Seminare finden in den Seminarräumen der Firma OrthoDorn® in Rosenheim statt.
Termine unter: www.orthodorn.de/veranstaltungen/
Anmeldung unter 08031/809 33 60 oder info@orthodorn.de

Unsere Bücher – Hilfe zur Selbsthilfe

Erhard Seiler – Der einfache Weg zur DORN-Anwendung

Die sanfte Wirbelsäulen- und Gelenk-Anwendung: Hilfe zur Selbsthilfe – mit durchgehend farbigen Abbildungen, verständlichen Schritt-für-Schritt Behandlungsanleitungen, DORN-Selbsthilfeübungen, Akupressur und die Verbindung zur Meridianlehre. Das Arbeitsbuch ist für alle, die die DORN-Anwendung erlernen, ausüben oder weiterentwickeln möchten. Deshalb sind nicht nur Anleitungen für Therapeuten bzw. Anwender (auch für Anfänger gut verständlich) enthalten, sondern auch Selbsthilfeübungen und Übungen zur Wirbelsäulengymnastik. Erschienen: April 2016 als Neuauflage

176 Seiten, Hardcover, € 29,95
Format: 180 x 280 mm, ISBN 978-3-9817557-2-5

Erhard Seiler – Der einfache Weg zum Schröpfen und Gua Sha

Mit durchgehend farbigen Abbildungen, Schritt-für-Schritt Anleitungen und die Kombination mit der DORN-Anwendung und der Meridianlehre – DAS Arbeitsbuch für alle, die die Schröpf- und Gua Sha-Schabetechnik erlernen, ausüben und verfeinern wollen. Egal ob Laie, Therapeut oder Anwender – jeder kann diese uralten, bewährten Techniken erlernen. Zusätzlich wird anschaulich und in bewährter, leicht verständlicher Form, die DORN-Anwendung und die Ergänzung dieser, mit Schröpfen und Gua Sha, erläutert. Der Satz „Hilfe zur Selbsthilfe“ ist unser ständiger Begleiter und wird auch in diesem Buch umgesetzt.

272 Seiten, Hardcover, € 34,95
Format: 180 x 280 mm, ISBN 978-3-9817557-0-1

Erhard Seiler – Qi-Magnet-Akupunktur – der einfache Weg die Gesundheit zu fördern

Der einfache Weg die Gesundheit zu fördern. Mit vielen praktischen Anwendungsbeispielen bei verschiedenen Beschwerden. Die Magnetstifte beeinflussen den elektromagnetischen Energiefluss, das Chi, im Körper. Sie produzieren keine schädlichen elektromagnetischen Strahlungen. Sie werden auf Punkte der Energiebahnen bzw. Meridiane gesetzt, wodurch Blockaden im Energiesystem gelöst werden können. Auch zur Vorbeugung von Stauungen im Energiefluss können die Magnetstifte wirksam eingesetzt werden.

140 Seiten, gebundene Broschüre, € 24,95
Format: 210 x 297 mm, ISBN 978-3-9817557-5-6

Sie können die Bücher direkt über den Verlag bestellen!
info@gesund-media.de oder per Telefon: 08031 - 809 33 65

Bei uns liegen Sie richtig!

OrthoDorn®

Ihr Rücken- und Gesundheits-Spezialist

Zirbenholzmöbel, Schlafsysteme, Matratzen,
Tellerroste, Decken und Kissen –
alles aus einer Hand.

Wir können auch ganz individuelle
Wünsche und Träume erfüllen – jede Größe ist möglich!

OrthoDorn®
Isarstraße 1a · D-83026 Rosenheim
Tel.: +49 8031 - 809 33 60
Fax: +49 8031 - 809 33 61
info@orthodorn.de

www.orthodorn.de