

HOE VOORKOM JE RUGPIJN BIJ HET KIEZEN VAN DE JUISTE HARDHEID VAN JE MATRAS?

Een goed matras is cruciaal voor het voorkomen van rugpijn. Let op matras hardheid die de wervelkolom ondersteunt. Kies op basis van je lichaamsgewicht en slaaphouding. Een pocketveringmatras met comfortzones is ideaal. Vervang je matras iedere 7-10 jaar voor optimale ondersteuning.




Hoe voorkom je rugpijn bij het kiezen van de juiste hardheid van je matras?



- Kies matras zorgvuldig
- Houd rekening met slaaphouding en gewicht
- Probeer matras uit



 info@bremafa.nl

 310235281244

 J.C. Beetslaan 163 B, 2131 AL, Hoofddorp

 Netherlands