

# RELAX BALANCE

Schlaf – Entspannung



## Relax Balance beruht auf der Synergie natürlicher pflanzlicher Nährstoffe

Schlafstörungen sind Abweichungen vom gesunden Schlafverhalten, die länger als 4 Tage auftreten. Die häufigste Ursache findet sich in anhaltenden physischen und psychosozialen Überlastungs- bzw. Stresssituationen, die zu Störungen im endokrinen System und in Folge zu Veränderungen des Wach-Schlafrhythmus führen. Zitronenmelisse Extrakt ist eine Gesamtfraktion aus den Blättern und Stängeln der Zitronenmelisse (*Melissa officinalis*). Durch das geschützte und schonende Extraktionsverfahren wird ein außergewöhnlich hoher Gehalt der polyphenolen Wirkstoffgruppe Hydroxyzimtsäuren und im speziellen Rosmarinsäure erreicht. Hydroxyzimtsäuren sind bestens bioverfügbar und regulieren auf natürliche Weise die endokrinen Stressreaktionen. Dies ermöglicht dem Organismus wieder zu einem erholsamen Schlaf zurück zu finden.

### Tasnim® Relax Balance

Kurzzeitig auftretende Schlafstörungen bedürfen meist keiner besonderen Behandlung. Bei leichten bis mittelschweren Störungen ist neben schlaffördernden Maßnahmen die Einnahme eines wirksamen pflanzlichen Therapeutikums oft ausreichend.

### Funktion

Hohe Bioverfügbarkeit durch Hydroxyzimtsäuren  
Fördert die Entspannung  
Fördert das Ein- und Durchschlafen

### Mögliche Anwendungsbereiche

Bei Schlafstörungen und Schlaflosigkeit induziert durch Stress, Unruhe oder Nervosität.

**Zutaten:** Zitronenmelisse Blattextrakt, modifizierte Cellulose (Kapselhülle), Cellulose (Füllstoff), Baldrian Wurzelextrakt, Hopfen Blütenextrakt, Passionsblumen Blütenextrakt, Lavendel Extrakt.

**Verzehrempfehlung:** Täglich 1 Kapsel vor einer Mahlzeit mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

### Inhaltsstoffe pro Tagesdosis 1 Kapsel:

Baldrian Wurzelextrakt	50 mg
davon Valeriansäure	150 µg
Hopfen Blütenextrakt	50 mg
davon Flavone	2 mg
Lavendel Extrakt	25 mg
Passionsblumen Blütenextrakt	50 mg
davon Flavone	2 mg
Zitronenmelisse Blattextrakt	100 mg
davon Rosmarinsäure	7 mg

**Packungsgröße:** 60 Kapseln

**Hinweis:** Die empfohlene Verzehrmenge nicht überschreiten. Nahrungsergänzungsmitteln sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.