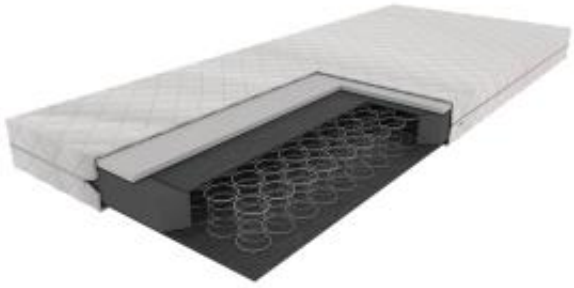
Dane aktualne na dzień: 06-11-2026 07:54

Link do produktu: https://www.emeblix.pl/materac-bonellowy-laki-90x200-materac-srednio-twardy-h3-p-46335.html



# Materac bonellowy LAKI 90x200 | materac średnio twardy H3

| | |
|---|---|
| Cena | **368,00 zł** |
| Dostępność | Produkt dostępny od ręki<br>Zamów – resztą zajmiemy się my. |
| Czas wysyłki | **od 1 do 3 dni roboczych** |
| Numer katalogowy | **LAKI90x200** |
| Rozmiar materaca | **90x200** |
| Wysokość materaca | **13 cm** |
| Twardość materaca | **H3** |

## Opis produktu

### Materac bonellowy LAKI 90x200 | materac średnio twardy H3 – materac bonellowy

**Materac bonellowy LAKI 90x200 to materac bonellowy o wymiarach 90x200, twardość H3. Komfortowy, trwały, dla alergików, do hotelu i sypialni. materac bonellowy, trwały materac, dla alergików, do hotelu, do sypialni, komfortowy sen, solidna konstrukcja,**

**Zastosowanie:**

Do hoteli, pensjonatów, sypialni i domów prywatnych.

**Wymiary i parametry:**

- Wysokość: ok. 13 cm
- Twardość: H3
- Rozmiar: 90x200

## Jak dobrać twardość materaca

jak dobrać twardość materaca? Przewodnik po stopniach H1–H5

Dobrze dobrany materac to klucz do zdrowego snu i komfortowego wypoczynku. Twardość materaca oznaczana jest symbolami od H1 do H5 i powinna być dopasowana do wagi, pozycji snu oraz indywidualnych preferencji. Poniżej przedstawiamy, co oznaczają poszczególne stopnie twardości:

### H1 – bardzo miękki

- Rekomendowana waga: do 60 kg
- Miękka powierzchnia, mocno dopasowująca się do ciała
- Najczęściej wybierany przez dzieci lub bardzo lekkie osoby dorosłe
- Niepolecany dla osób z problemami z kręgosłupem

### H2 – miękki/średnio miękki

- Rekomendowana waga: 50–80 kg

- Elastyczny, dobrze dopasowuje się do ciała
- Popularny wśród kobiet oraz osób śpiących na boku
- Dobry wybór dla szczupłych użytkowników

### H3 – średni / uniwersalny

- Rekomendowana waga: 70–100 kg
- Najczęściej wybierany stopień twardości
- Odpowiedni dla par i osób śpiących na plecach
- Zapewnia dobre podparcie i komfort

### H4 – twardy

- Rekomendowana waga: 90–120 kg
- Większy opór i stabilne podparcie ciała
- Polecany osobom o wyższej wadze oraz lubiącym twarde powierzchnie
- Dobrze sprawdza się przy problemach z kręgosłupem

### H5 – bardzo twardy

- Rekomendowana waga: powyżej 120 kg
- Najtwardszy typ dostępny na rynku
- Wysoka odporność na odkształcenia
- Przeznaczony dla użytkowników o dużej masie ciała

## Na co jeszcze zwrócić uwagę?

- **Wzrost i budowa ciała** – szczupłe osoby mogą potrzebować bardziej miękkich materacy niż osoby o tej samej wadze, ale większej powierzchni ciała
- **Pozycja snu** – osoby śpiące na boku preferują H2–H3, na plecach i brzuchu lepiej sprawdzą się H3–H4
- **Podłoże i stelaż** – sztywność ramy może wpłynąć na odczuwalną twardość

Jeśli masz wątpliwości, skontaktuj się z nami – pomożemy dobrać odpowiedni model!