

Zirbenholz hat eine lange Tradition und wird schon seit Jahrhunderten aufgrund des aromatischen Geruches und der angeblich vielen positiven Wirkungen auf die Gesundheit sehr geschätzt.

Zirbenholz reduziert die Herzfrequenz, stabilisiert den Kreislauf bei schwankendem Luftdruck, reduziert Wetterfühligkeit, sorgt für vegetative Erholung des Körpers und beugt Schlafstörungen vor. Auch wenn diese Behauptungen noch nicht wissenschaftlich bewiesen sind, so bekommt das Zirbenholzbett immer mehr Anhänger.

[Für alle, die sich für Bäume interessieren...](#)

Die Zirbe ist die frosthärteste Baumart und wächst äußerst langsam und ausschließlich in Höhenlagen von 1.300 bis 2.900 Metern. Diese Bäume können sehr alt werden, nämlich 200 bis 400 Jahre alt und im Extremfall sogar ein Alter von 1.000 Jahren erreichen.

Dieses besondere Holz wird gerne „Königin der Alpen“ genannt.

Schläft man in einem Zirbenholzbett, so nimmt man den herrlichen Waldgeruch mit in den Schlaf. Ein wunderbares Gefühl!