

# *In der Ruhe...*

*... liegt die Kraft. Und übrigens auch der Schlüssel für eine gelungene Schlafzimmergestaltung. Wie unterschiedlich sie interpretiert werden kann, warum Spiegel dabei grundsätzlich tabu sind und was Seele und Schlaf sonst noch gut tut*

Redaktion: KATHARINA VOLKWEIN



Fast wie auf Wolke sieben: Bett „Heaven“, 180 x 200 cm, ab 6505 Euro ([www.bielefelderwerkstaetten.de](http://www.bielefelderwerkstaetten.de))

Alle Preise unverbindlich





Der Münchner Einrichter startet den Tag mit einem Glas Zitronenwasser. „Und einem kurzen Blick auf Instagram, aber nur fünf Minuten!“

## 4 FRAGEN AN THOMAS MANG

### 1. Sind Sie eine Lerche oder Eule?

Ich bin eine klassische Lerche, also Frühaufsteher. Am Morgen kann man Dinge noch in Ruhe erledigen, bevor die Unvorhersehbarkeiten des Tages kommen.

### 2. Was ist bei der Schlafzimmeregestaltung besonders wichtig?

Dass es hier wirklich gemütlich ist! Der Raum sollte Ruhe ausstrahlen. Ich finde, im Schlafzimmer braucht man wortwörtlich Luft zum Atmen. Die Devise lautet also: nicht überladen und lieber mal was weglassen. Außerdem sollte das Bett nie an einer Außen-, sondern an einer Innenwand im Gebäude stehen.

### 3. Was ist außerdem ein No-Go?

Definitiv Spiegel. Weil sie ablenken und unruhig sind. Es ist tatsächlich erwiesen, dass man mit Spiegeln im Raum schlechter schläft.

### 4. Welche Farben eignen sich im Schlafzimmer besonders?

Ich persönlich mag vor allem Farben wie Taupe, Beige, aber auch Grün- und Aqaatöne. Wichtig ist der Mix von hellen und dunkleren Akzenten. Genau wie der von verschiedenen Materialien und Mustern. [www.thomasmang.com](http://www.thomasmang.com)

## Classy & chic

1 Sebastian Herkner entwarf Nachttisch „Stock'n Roll“, 2975 Euro, und Leuchte „Nymph“, 1666 Euro ([www.poltronafrau.com](http://www.poltronafrau.com)). 2 Schwebetürenschränk mit Spiegel, 302 x 67 x 241 cm, ab 3284 Euro ([www.musterring.com](http://www.musterring.com)). 3 Seiden-BH, 39 Euro ([www.arket.com](http://www.arket.com)). 4 Sweet dreams: Bett „Yuna“ mit Statement-Kopfteil, optional mit Bettkastengestell erhältlich, ab 11159 Euro ([www.flou.it](http://www.flou.it)). 5 Tischleuchte „Millimetro“ ist ab Anfang 2025 erhältlich, 471 Euro ([www.luceplan.com](http://www.luceplan.com)). 6 Für Nachtschwärmer: Wasserglas aus der „Party“-Kollektion, 17 Euro ([www.zafferanoitalia.com](http://www.zafferanoitalia.com)). 7 Nachtkleid „Suzi“ aus atmungsaktiver Viskose, 490 Euro ([eu.the-sleeper.com](http://eu.the-sleeper.com)). 8 Bett „Strips“ wird dank integrierter Tagesdecke im Handumdrehen zum Daybed, ab 4270 Euro ([www.arflex.com](http://www.arflex.com)). **Hintergrund:** Tapete „Affinity“, 184 Euro/m<sup>2</sup> ([www.omexco.com](http://www.omexco.com))





Ob Leselampe  
oder Stoffbezug:  
Bett „Legend“  
kann individuell  
geplant werden,  
Preis auf Anfrage  
([www.luiz.com](http://www.luiz.com))





Bett „Paravent“,  
optional mit  
Keramikdetails  
und Messing-  
beschlägen,  
22869 Euro  
([www.dannykaplanstudio.com](http://www.dannykaplanstudio.com))