

20

11 Jahre brainLight

11 Jahre mentale Kompetenz



Im Jahre 1988 brachten die Geschäftsführer von brainLight, Ursula Sauer und Jochen Hufgard, von einer USA-Reise 10 Mentalsysteme mit nach Deutschland. Sie verteilten sie unter Freunden und Bekannten, da sie neugierig auf deren Erfahrungen waren.

Inzwischen sind elf Jahre vergangen. Auch in Europa haben die Mentalsysteme längst ihren Siegesfeldzug angetreten. Nachdem die brainLight Mehrplatzanlagen schon seit 1991 in den Urlaubsclubs von Aldiana (Türkei, Tunesien, Fuerteventura, Andalusien, Portugal) genutzt wurden, zogen deutsche Fitness-Studios ab 1993 nach.

"Prisma Sports" in Dorsten hatte sich damals als Trendsetter bestätigt. Auch in anderen Studios, wie z.B. das "Impuls" in Kreuztal-Buschhütten, der "Tempel" in Reutlingen, das "Amerika Lady Fitness" in Berlin, "Fitness World" in Wörrstadt usw. liegen die Kurse voll im Trend. Nicht zuletzt wegen der kundenorientierten Betreuung und Beratung von brainLight Mitarbeitern Joachim Seelmann und Sylvia Bieber.

Ab 5 Plätzen, die jeweils mit Brille, Kopfhörer und entsprechender Unterlage ausgestattet sind, kann es schon losgehen. Die Anlagen sind fast in jedem Studio in den Aerobic- bzw. Gymnastikraum integriert, so daß die dort schon vorhandene Musikanlage mitgenutzt werden kann.

Das Sportinstitut Sersheim, offizielles Ausbildungsorgan der BSA, unterstützte seine angebotenen Lehrgänge und Ausbildungsabschnitte mit einer Mehrplatzanlage von brainLight. So wurden zukünftige Trainer und Studioinhaber

sogleich mit dem ganzheitlichen Training konfrontiert und darüber optimal in Kenntnis gesetzt.

Vorbei war die Zeit, in der sich nur auf die körperliche Fitness konzentriert wurde. Denn wir wissen schon längst, daß wir nur mit klarem Geist und mentaler Stärke erfolgsgerichtet unsere Realität bestimmen können.

Im Jahre 1995 konnte brainLight dann auch endlich den Studiobetreibern Rechnung tragen, die keinen Platz und keinen Trainer für eine Mehrplatzanlage hatten. Die brainLight Pyramide wurde auf der Fibo in Essen erstmals vorgestellt. 10 Programme sind per Münzeinwurf und Tastendruck wählbar. Der Anwender hört die Anweisungen über den Kopfhörer. In Kombination mit dem bodysonnd Musikentspannungs-Sessel war und ist somit eine ideale Entspannungs-Oase im Studio möglich.

Basierend auf all diesen Erfolgen, konzipierte brainLight die Ausbildung zum "Geprüften Trainer für mentale Fitness", die anerkannt ist bei der DGMT (dt. Gesellschaft für mentales Training).

Im März 1995 begann die erste Ausbildungseinheit. An 10 Seminar-Wochenenden plus einem Prüfungswochenende werden von 9 kompetenten Trainern u.a. folgende Inhalte vermittelt: der Mensch als ganzheitliches System; Kinesiologie, Persönlichkeitsstrukturanalyse, NLP, Kindermindtraining, Gesprächsführung, Symbolik, Entspannungsübungen, Seminarmanagement uvm. Am 19.3.99 startete der 9. Ausbildungsgang mit 18 Teilnehmern.

11 Jahre mentale Kompetenz in einem Kurz-Überblick. Dahinter stecken engagierte Mitarbeiter, kundenorientierte Verkäufer, professionelle Trainer, herzliche Chefs, trendorientierte Kunden und viele Visionen.

Ab 1996 wurden die Entspannungskurse, die sich auf eine Anwendung, mit der Mehrplatzanlage beschränkten um die bewährten und gewinnbringenden Wellness-Konzepte erweitert. Folgende Konzepte werden seit damals in Wochenendseminaren von Dipl. Mentaltrainern vermittelt:

"Happy Body" - schlank durch mentale Kraft;
 "Streß laß nach" - das Streßmanagement-Training;
 "Fit in die neue Woche" das VitaFit-Programm;
 "Fantasiereisen" - reise ins Land Deiner Träume.

Diese Konzepte sind auf 10 Wochen aufgebaut und lassen sich auch ohne die brainLight Mehrplatzanlage durchführen. Weit über 200 Teilnehmer können von ihren Erfolgen mit eigenen Gruppen berichten.

Im Herbst 1998 wurde erstmals eine 1-tägige Fortbildung zum "Relax-Instructor" angeboten. Nach dieser Fortbildung sind z.B. Aerobic-Trainer in der Lage, ihre Stunde professionell mit einer wunderschönen Entspannungs-Fantasiereise zu beenden.

Seit Januar 1999 bietet brainLight in seiner Produktpalette auch Vibrations- und Massagesessel an. Somit kann der Kunde wählen, ob er seine brainLight-Session auf einer Luftmatratze, einem Musikentspannungs-Sessel, einem durchblutungsfördernden Vibrations-Sessel oder einem Shiatsu-Massage-Sessel durchführen möchte.

Wer dazu noch seine selbstkomponierte Musik oder seine mit Affirmationen besprochene Kassette hören möchte, kann diese im brainLight Tonstudio produzieren lassen, wie Jürgen Höller, Jörg Löhr oder Ingrid Bruhns. Gemafrei!