

Sehr geehrte(r) brainLight®-Anwender(in),

setzen Sie bitte den Kopfhörer auf und legen Sie Ihre Visualisierungsbrille bereit, wenn Sie sich für ein Programm mit Visualisierung entschieden haben. Starten Sie das Programm: Berühren Sie die beiden Ziffern Ihres Wunschprogramms auf der Pyramide. Auf dem Display erscheint die gewählte Nummer. Es beginnt ein 5-Sekunden Countdown, während dem Sie die Programmwahl noch korrigieren können, indem Sie einfach die Ziffern eines anderen zweistelligen Programms eingeben. Nach Ablauf des Countdowns kann das Programm mit der Abbruchstaste gestoppt werden: Berühren Sie dafür die Mitte der Taste 0 ca. 2 Sekunden lang, bis auf dem Display „Bitte warten/Please wait“ erscheint. Anschließend können Sie ein neues Programm wählen.

Wenn Sie das ganzheitliche brainLight®-Wohlfühlerlebnis zum ersten Mal genießen, beginnen Sie bitte GRUNDSÄTZLICH mit Programm 01: Einführung + Anwendung (20 Minuten).

Gegenindikationen: Wenn Sie Epileptiker sind, oder einen Herzschrittmacher tragen, genießen Sie die Anwendung bitte ohne Brille. Wenn Sie akut starke Rückenbeschwerden haben, an Osteoporose leiden, über 120 kg schwer sind oder Thrombose haben, wählen Sie bitte ein Programm ohne Massage. Sollten Sie schwanger sein, dann machen Sie bitte nur Anwendungen ohne Brille und ohne Massage.

Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne Erfahrung!

01 ERSTANWENDUNG: Einführung + Anwendung



20 Min.

ENTSPANNUNGSPROGRAMME

02 In 15 Minuten ruhig und ausgeglichen



20 Min.

03 In 15 Minuten frisch und munter



20 Min.

04 Stress abbauen



38 Min.

05 Stress lass nach



30 Min.

06 Autogene Entspannung



39 Min.

07 Bewusster und angenehmer träumen



39 Min.

MUSIKPROGRAMME

08 Light I



6 Min.

09 Smooth



15 Min.

10 Space



20 Min.

BUSINESSPROGRAMME

11 Erfolgreicher leben



39 Min.

12 Konzentration steigern



39 Min.

13 Erfolgreich verkaufen



39 Min.

14 Selbstbewusstsein stärken



39 Min.

15 Ängste überwinden



39 Min.

16 Gesunder Schlaf



39 Min.

MUSIKPROGRAMME

17 Fantasy



20 Min.

18 Galaxis



15 Min.

19 Atmosphäre



32 Min.

20 Light II



8 Min.

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

21 Happy Body



39 Min.

22 Idealgewicht ohne Diät



39 Min.

23 Schlank mit allen Sinnen



29 Min.

24 Kurzmeditation



9 Min.

25 Abnehmen und sich wohlfühlen



39 Min.

26 Abwehrkräfte steigern



39 Min.

MUSIKPROGRAMME

27 Classic Dream



29 Min.

28 Falling Waters



30 Min.

29 Freedom



29 Min.

30 Deep Inside



20 Min.

MEDITATION UND FANTASIEREISEN

31 Fantasiereise



37 Min.

32 Frieden in der Welt



26 Min.

33 Frieden in dir



41 Min.

34 Mein alter weiser Freund



29 Min.

35 Meine tanzende Freude



32 Min.

36 Mein kraftvolles Heilungslicht



28 Min.

MUSIKPROGRAMME

37 brainFlight



20 Min.

38 Light III



11 Min.

39 Dream



18 Min.

40 Ocean



30 Min.

VORTRÄGE

41 Hintergrund und Wirkungsweise der brainLight-Systeme



8 Min.

42 Stressmanagement



5 Min.

43 Kreativität steigern



5 Min.

44 Leichter lernen



8 Min.

45 Selbstbewusstsein stärken



6 Min.

46 Visualisierung



12 Min.

 Die Anwendung beginnt mit einer Massage, danach folgt die Tiefenentspannung mit Visualisierung. Zum Abschluss werden Sie erneut massiert.

 Die Anwendung beginnt mit einer Massage, danach folgt die Tiefenentspannung mit Visualisierung.

 Anwendung mit durchgehender Massage und Visualisierung.

 Anwendung mit Massage, aber ohne Visualisierung.

 Anwendung ohne Massage, aber mit Visualisierung. Der Sessel fährt in die Ruheposition.

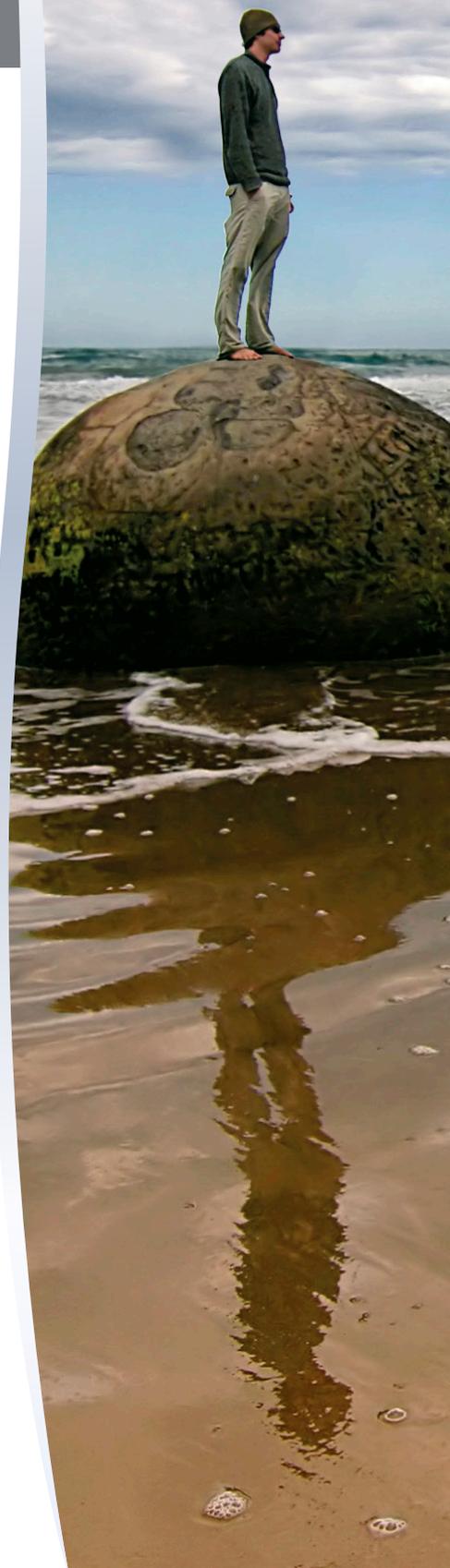
 Anwendung mit Wärme-Funktion.

 Anwendung mit SINNVoller Geschichte.

CARD 1

brainLight®-Synchro

complete



Festprogramme und Festfrequenzprogramme

CARD 2

Diese Programme enthalten nur Licht- und Ton-Frequenzen (also keine Massage, Musik und/oder Sprachführung) und können ganz ohne oder zusammen mit Ihrer persönlichen Musik eingesetzt werden (mittels MP3-Player, CD-Player, Laptop etc.). Sie können sich manuell auch eine Massage mit Hilfe des Massagesessel-Bedienpanels hinzuschalten.

Festprogramme enthalten festgelegte Abläufe verschiedener Licht- und Ton-Frequenzen (für die Programme 50 bis 59 finden Sie hierzu in Ihrer Bedienungsanleitung Grafiken der Programmverläufe); Festfrequenzprogramme enthalten eine durchgehend gleichbleibende Licht- und Ton-Frequenz.

Festprogramme

Programm-Nr.

50	Alpha Entspannung I (Grafik A)	10 Min.
51	Alpha Entspannung II (Grafik B)	15 Min.
52	Entspannung (Grafik C)	10 Min.
53	Entspannung mit Schumannfrequenz (Grafik D)	20 Min.
54	Entspannung / Modus ändert sich (Grafik E)	30 Min.
55	Anti-Stressprogramm – intensiv (Grafik F)	30 Min.
56	Tiefe Entspannung (Grafik G)	30 Min.
57	Entspannung im hohen Alpha-Bereich (Grafik H)	10 Min.
58	Entspannung im niedrigen Alpha-Bereich (Grafik I)	15 Min.
59	Meditation (Grafik J)	30 Min.
60	Meditation, Träumen, Visualisierung, Theta	15 Min.
61	Lernprogramm	15 Min.
62	Entspannung, Energie tanken	20 Min.
63	Energie tanken	20 Min.
64	Visualisierung, Kurzschlaf	20 Min.
65	Mentales Training, Superlearning I	30 Min.
66	Mentales Training, Superlearning II	30 Min.
67	Sehr tiefe Entspannung	30 Min.
68	Einschlafhilfe	35 Min.
69	Mentales Training	20 Min.
70	Demonstriert die Stimulationselemente	5 Min.
71	Klare Träume	35 Min.
72	Morgenfrische, Aufwachen	20 Min.
73	Energie, Kreativität	35 Min.
74	Problemlösung, Kreativität	30 Min.
75	Mentales Tune-Up	15 Min.
76	Energie, Lernen	30 Min.
77	Schnelle Pause, Kurzentspannung	15 Min.
78	Entspannte Kreativität, Lösungen finden I	30 Min.
79	Entspannte Kreativität, Lösungen finden II	30 Min.

Festfrequenzprogramme

Programm-Nr.

80	Balance	0,5 Hz	15 Min.
81	Ausgeglichenheit	1,0 Hz	15 Min.
82	Hormonfreisetzung	1,5 Hz	15 Min.
83	Entspannung	2,0 Hz	15 Min.
84	Gegen Schlaflosigkeit	2,5 Hz	15 Min.
85	Entspannung	3,0 Hz	15 Min.
86	Fremdsprachen lernen	3,5 Hz	15 Min.
87	Außersinnliche Wahrnehmung	4,0 Hz	20 Min.
88	Außersinnliche Wahrnehmung	5,0 Hz	20 Min.
89	Vision	5,5 Hz	20 Min.
90	Gedächtnissteigerung	6,4 Hz	20 Min.
91	Kreativität	7,5 Hz	20 Min.
92	Intuition	7,8 Hz	20 Min.
93	Schumann-Resonanz	7,83 Hz	20 Min.
94	Zentrierung	12 Hz	20 Min.
95	Grundfrequenz	14 Hz	20 Min.
96	Schmerzlinderung	15 Hz	20 Min.
97	Muskelentspannung	38 Hz	20 Min.
98	Schmerzlinderung	10 Hz	35 Min.
99	Schumann-Resonanz	7,83 Hz	30 Min.

