

FACHZEITSCHRIFTEN  
VERLAG

Die Fachzeitschrift von Schwimmbad & Sauna

3/2010

BäderBau  
public & hotel

# BäderBau

public & hotel





Foto: brainLight

Energie tanken im Handumdrehen

# Schnelle Entspannung

Oft fehlt die Zeit, um sich eine Auszeit zu gönnen und richtig zu entspannen. Der brainLight relaxTower mit Shiatsu-Massagesessel bietet eine Kombination aus Massage, Musik und Lichtimpulsen und verspricht damit – je nach Programmwahl in 20, 30 oder 40 Minuten – eine wohltuende Auszeit vom Alltagsstress.

**M**an nimmt zunächst auf einem Shiatsu-Massagesessel Platz und wählt eines der rund 70 verschiedenen Programme zum Beispiel für „Idealgewicht ohne Diät“ oder „Stress abbauen“ per Knopfdruck. Daraufhin beginnt eine angenehme Shiatsu-Massage des Rückens und der Waden. Wenig später setzt eine audio-visuelle Tiefenentspannung ein: Bei geschlossenen Augen, mit aufgesetzter Visualisierungsbrille und Kopfhörern entstehen verschiedene Farben und Bilder, die „von innen heraus entstehen“, trotz der geschlossenen Augen. Während des Programms arbeitet ein hochentwickelter Computer, der optische Muster und akustische Signale in stimulierenden Sequenzen produziert. Sie werden durch Kopfhörer und Visualisierungsbrille übermittelt. Unser Gehirn hat die Fähigkeit, sich den vorgegebenen Frequenzen spontan anzupassen. Damit kann der/die AnwenderIn konkret gewünschte Zustände erreichen: Entspannung oder Anregung, Lernbereitschaft oder Meditation und vieles mehr.

Besserung von Einschlaf- und Durchschlafstörungen, Müdigkeitszuständen, Kopfschmerzen, Schwindel, körperlichen Verspannungen und depressiven Verstimmungen sowie eine erhöhte Vitalität sind laut Hersteller die positiven Folgen der Behandlung.

Der brainLight relax Tower mit Münz- oder Coinautomat eignet sich beispielsweise für Hotels, Fitness-Center, Kosmetikstudios oder Spas. ■

## Mehr Informationen

brainLight GmbH,  
[www.brainlight.de](http://www.brainlight.de)