

## *Erfahrungsbericht über den Einsatz der brainLight-Systeme bei den ADIDAS Basketballcamps 1995:*

Im April 1995 kontaktierte ich, aufgrund meiner sehr positiven Erfahrungen mit den brainLight-Systemen bei der Betreuung der Jugendnationalmannschaften des Deutschen Basketballbundes, die Vertriebsleitung der brainLight GmbH mit der Idee, die Systeme auch bei den geplanten Basketballfördercamps der Firma ADIDAS einzusetzen.

Von dieser Idee begeistert, stellte mir Herr Seelmann für die insgesamt vier Veranstaltungen in Leverkusen, Berlin und zweimal München, sofort eine komplette Zwei-Platz-Anlage zur Verfügung.

Für die Betreuung des als Leistungscamp deklarierten *Detlef Schrempf - Camp* in München, sicherte mir Herr Seelmann sogar eine persönliche Betreuung mit einer Mehr-Platz-Anlage zu.

An den einzelnen Camps nahmen jeweils ca. 100 Sportler im Alter von 12 - 18 Jahren, aus den unterschiedlichsten Leistungsniveaus teil.

Das schon beschriebene *Detlef Schrempf - Camp* war gespickt mit zahlreichen Jugendnationalspielern aus dem In- und Ausland.

Der doch sehr harte Camperalltag mit drei intensiven Trainingseinheiten und zahlreichen Rahmenveranstaltungen stellte an die Teilnehmer sehr hohe physische und psychische Anforderungen.

So war das physiotherapeutische Betreuersteam im Verlaufe einer Campwoche zunehmend gefordert, die einzelnen Probleme der Teilnehmer im Griff zu behalten.

Die Entspannungssysteme der Firma brainLight präsentierten sich gerade bei dieser Arbeit als eine optimale Ergänzung der physiotherapeutischen Tätigkeit.

Aufgrund ihrer flexiblen und individuellen Einsatzmöglichkeiten erfreuten sich die Systeme einer riesigen Resonanz bzw. Akzeptanz bei Athleten und auch Trainern.

Ganz besonders angenehm und effektiv wurde von uns der Einsatz individueller Musikbänder empfunden.

Alle Probanden bestätigten den Systemen einen positiven Effekt auf die physische und auch psychische Regenerationsfähigkeit.

Bei einigen der Probanden war allerdings ein kleiner Trainingsprozeß notwendig, um sich an diese Möglichkeit der Regeneration zu gewöhnen.

Summa summarum bestätigte mir dieses positive Ergebnis meine Erfahrungen mit den Jugendnationalmannschaften und belegt beeindruckend die Wirkung der brainLight-Systeme.

Leider ist es nicht möglich innerhalb eines solch begrenzten Zeitraumes das gesamte Wirkspektrum der Mentalsysteme auszuschöpfen, doch bestärkt dieses Ergebnis mein persönliches und fachliches Interesse, weiter die Einsatzmöglichkeiten der brainLight-Systeme in der Therapie, im Leistungssport und in der Gesundheitsbewegung zu eruieren und zu erproben.

Für die freundliche Unterstützung bei den beschriebenen Veranstaltungen möchte ich mich im Namen aller Beteiligten und auch der Firma ADIDAS bei den Verantwortlichen der brainLight GmbH bedanken.

Mit freundlichen Grüßen