

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 Abbruchtaste 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*in sind, oder einen Herzschrittmacher tragen, genießen Sie die Anwendung bitte ohne Visualisierungsbrille. 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 Visualisierungsbrille und ohne Massage.

Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne Erfahrung!

Zeichenerklärung



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.



Programm-Nr.

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

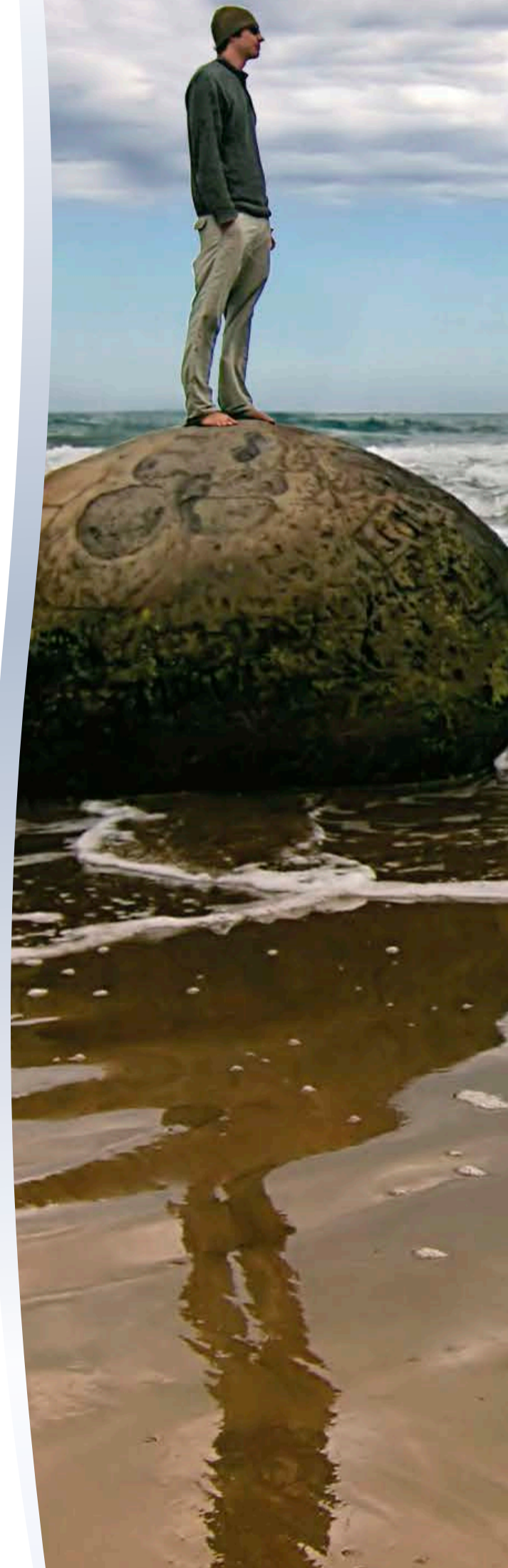
👂 ~ 6 Min.

46 Visualisierung

👂 ~ 12 Min.

brainLight® Touch Synchro

complete



brainLight®

LIFE IN BALANCE

www.brainlight.de

Festprogramme und Festfrequenzprogramme

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.

Programm-Nr.

Festprogramme

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 hohen 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.

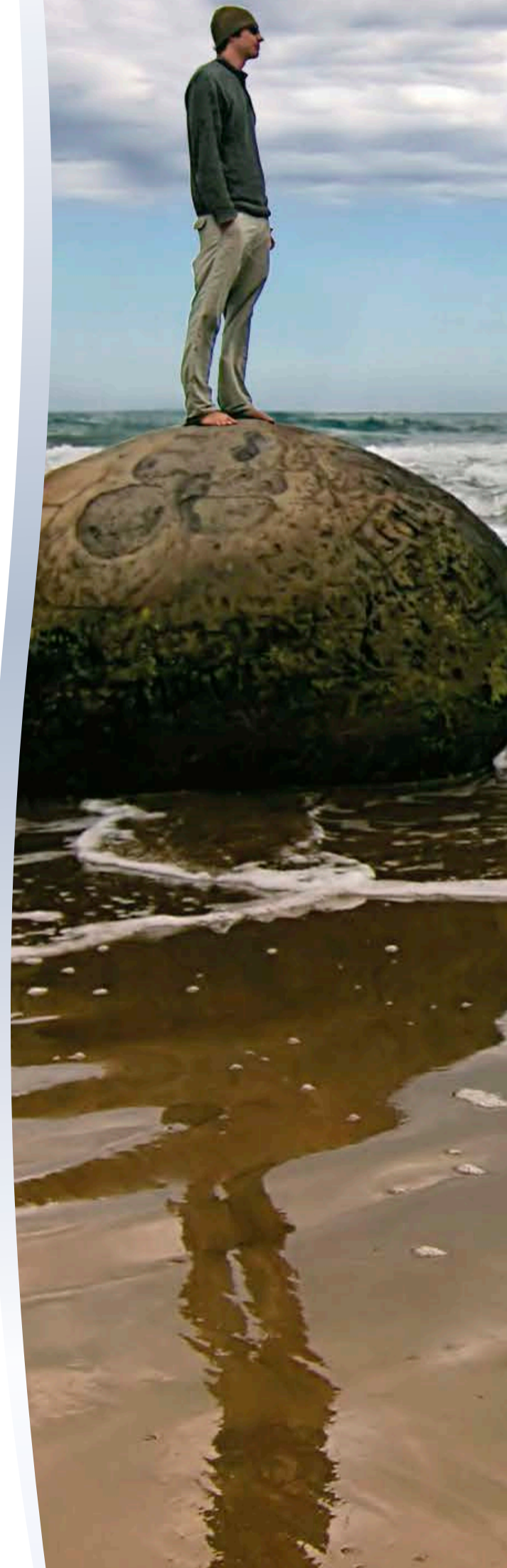
Festfrequenzprogramme

80	Balance	0,5 Hz	15 Min.
81	Ausgeglichenheit	1 Hz	15 Min.
82	Hormonfreisetzung	1,5 Hz	15 Min.
83	Entspannung	2 Hz	15 Min.
84	Gegen Schlaflosigkeit	2,5 Hz	15 Min.
85	Entspannung	3 Hz	15 Min.
86	Fremdsprachen lernen	3,5 Hz	15 Min.
87	Außersinnliche Wahrnehmung	4 Hz	20 Min.
88	Außersinnliche Wahrnehmung	5 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.

CARD 2

brainLight® Touch Synchro

complete



brainLight®

LIFE IN BALANCE

www.brainlight.de