






























brainLight® relaxTower Gravity

Sehr geehrte/r **brainLight**®-Anwender/in!



















Bitte wählen Sie ein Programm, drücken Sie die entsprechenden Tasten und werfen die geforderten Münzen ein. Setzen Sie bitte den Kopfhörer auf und legen Sie Ihre Visualisierungsbrille bereit. Alles Weitere hören Sie über Kopfhörer. Und jetzt, einfach loslassen, geschehen lassen ... Sie können jederzeit Ihre Anwendung abbrechen, indem Sie die Sterntaste drücken. **Gegenindikationen:** Wenn Sie Epileptiker sind, einen Herzschrittmacher tragen oder schwanger sind, genießen Sie die Anwendung bitte ohne Brille. Wenn Sie akut starke Rückenbeschwerden haben, an Osteoporose leiden, über 140 kg schwer sind oder Trombose haben, wählen Sie bitte ein Programm ohne Massage. Wenn Sie das ganzheitliche **brainLight**®-Wohlfühlerlebnis zum ersten Mal genießen, empfehlen wir Ihnen: **Einführung, Programm 01** (ca. 20 Minuten)

Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne Erfahrung!
Ihr **brainLight**®-Team












Kurzprogramme bis 10 Minuten

| | |
|---|--|
| Programm 90: Vortrag „Stressmanagement“ mit Shiatsu-Massage (wechselnde Positionen) |    |
| Programm 91: Vortrag „Kreativität steigern“ mit Shiatsu-Massage (mit Waden-Swing-Massage) |    |
| Programm 92: Vortrag „Selbstbewusstsein stärken“ mit Shiatsu-Massage (mit Wiegefunktion) |    |
| Programm 93: Vortrag „Hintergrund und Wirkungsweise der brainLight ®-Systeme“ mit Rückenmassage |    |
| Programm 94: Vortrag „Leichter lernen“ mit Rückenmassage |    |
| Programm 10: Positive Affirmationen für den Tagesbeginn mit Rückenmassage |   |
| Programm 11: Positive Affirmationen für das Ende eines Tages mit Rückenmassage |   |
| Programm 12: Reine Nackenmassage zu dem Musikstück „Free flow“ |   |
| Programm 13: Reine Nackenmassage zu dem Musikstück „Chill fit“ |   |
| Programm 14: Relaxmassage zu dem Musikstück „Energy“ |   |
| Programm 15: Relaxmassage zu dem Musikstück „Free Time“ |   |
| Programm 16: Kurzmeditation „Energie auftanken“ |  |
| Programm 17: Kurzmeditation „Kraftvoll sein“ |  |







20-Minuten-Programme

| | |
|---|---|
| Programm 20: Rückenmassage zu dem Musikstück „Fantasy“ |   |
| Programm 21: Rückenmassage zu dem Musikstück „Space“ |   |
| Programm 22: Rückenmassage zu dem Musikstück „Creativity“ |   |
| Programm 23: Rückenmassage zu dem Musikstück „Wellpower“ |   |
| Programm 24: Rundum-Wohlfühlprogramm zu dem Musikstück „Deep insight“ |   |
| Programm 25: Rundum-Wohlfühlprogramm zu dem Musikstück „Do it“ |   |
| Programm 26: Rundum-Wohlfühlprogramm: „In 15 Minuten frisch und munter“ |   |
| Programm 27: Rundum-Wohlfühlprogramm: „In 15 Minuten ruhig und ausgeglichen“ |   |
| Programm 28: Musiksession zu dem Musikstück „brainFlight“ |  |
| Programm 29: Sprachgeführte Tiefenentspannung „Reise durch den Körper“ |  |

30-Minuten-Programme

| | |
|--|---|
| Programm 30: Rückenmassage zu dem Musikstück „Sky“ |   |
| Programm 31: Rückenmassage zu dem Musikstück „Chill out“ |   |
| Programm 32: Rundum-Wohlfühlprogramm zu dem Musikstück „Falling waters“ |   |
| Programm 33: Rundum-Wohlfühlprogramm zu dem Musikstück „Freedom“ |   |
| Programm 34: Rundum-Wohlfühlprogramm zu dem Musikstück „Ocean“ |    |

40-Minuten-Programme


| | |
|---|---|
| Programm 40: Rundum-Wohlfühlprogramm mit der Tiefensuggestion „Konzentration steigern“ |  |
| Programm 41: Rundum-Wohlfühlprogramm mit der Tiefensuggestion „Erfolgreicher leben“ |  |
| Programm 42: Rundum-Wohlfühlprogramm mit der Tiefensuggestion „Erfolgreich verkaufen“ |  |
| Programm 43: Rundum-Wohlfühlprogramm mit der Tiefensuggestion „Stress abbauen“ |  |
| Programm 44: Rundum-Wohlfühlprogramm mit der Tiefentrance „Fantasiereise“ |   |

 Wärmefunktion, während der Tiefenentspannung

  Audioprogramm mit Massage, ohne Visualisierungsbrille

 Ohne Massage, Sessel fährt nach hinten, mit Visualisierung

 Sinn-volle Geschichten mit Entspannungsmusik

 Die Anwendung beginnt mit einer Massage, danach folgt die Entspannung

 Die Anwendung beginnt mit einer Massage, danach folgt die Tiefenentspannung mit Visualisierung und zum Abschluss werden Sie mit einer Massage zurück ins „Hier und Jetzt“ gebracht