



Sie erleben in einer **brainLight**-Anwendung eine einzigartige Form der körperlichen und mentalen Entspannung. Innerhalb weniger Minuten fühlen Sie sich ruhig und tief entspannt. Der Atem verlangsamt sich und wird gleichmäßiger.

Zu den Lichteffekten der Visualisierungsbrille hören Sie schöne, entspannende Musik mit oder ohne Sprachbegleitung und werden je nach Programm zusätzlich massiert. Durch eine sinnliche Sinfonie aus Licht, Ton, Sprache und einem wohligen Körperempfinden werden Sie in eine ungeahnte neue Welt entführt. Ihr Geist scheint zu schweben und Sie erleben sich auf eine intensive, völlig neue Art und Weise. Aufregende Farben und Formen oder Muster entstehen vor Ihrem inneren Auge.

Um sich vorstellen zu können, wie die Reize auf Augen und Ohren wirken, denken Sie an die Magie ackernden Feuers, das Wechselspiel von Licht und Schatten bei der Fahrt durch eine Baumallee oder das Glitzern der Sonne auf den Meereswellen.



### 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 Ziffer(n) 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 Ziffer(n) eines anderen 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.

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

#### 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 genießen Sie bitte nur Anwendungen **ohne Visualisierungsbrille** und **ohne Massage**.

Wenn Sie das ganzheitliche **brainLight**-Wohlfühlerlebnis zum ersten Mal genießen, beginnen Sie bitte **GRUND-SÄTZLICH** mit Programm 1:

**ERSTANWENDUNG: Einführung + Anwendung** 16 Min.