



Metabalance

Institut für Ganzheitliches
Gesundheitsmanagement
und Prävention

Refresh & Balance Neuroaktive Selbstregulation

Zur Unterstützung mentaler Prozesse,
Stressreduktion & kreative Motivation



Komposition und
musikalische Umsetzung:
Oliver Aum

Idee, Konzept:
Sabine Freutsmiedl,
Metabalance-Institut

Produktion:
Oliver Weidlich,
Birnbaum Verlag,
www.birnbaumverlag.de

Spieldauer: 52 Minuten

20,00 €

zzgl. Versand und
Verpackung

Kosmische Oktave & bilaterale Hemisphärenstimulation

Das limbische System als ältester Teil unseres Gehirns ist Speicher unserer Gefühle. Es kann sehr effizient über bilaterale Hemisphärenstimulation erreicht werden, um Stress zu reduzieren und Selbstregulation anzuregen.

Dies machen wir uns mit unserem speziellen Ansatz nutzbar, indem wir den Grundton jeder Komposition jeweils auf einen Planetenton stimmen, kombiniert mit bilateral-auditiver Hemisphärenstimulation. So erreichen wir einen ausgewogenen, förderlichen Einfluss auf Körper, Geist und Seele.

Der gezielt abgestimmte Einsatz der kosmischen Oktave, verbunden mit einer dezent platzierten, abwechselnd über das linke und rechte Ohr gesetzten Stimulation, regt eine Selbstregulation auf parasymphathischer Ebene an.

Derart in Fluss gekommen, kann das eigene Leistungspotential wesentlich besser nutzbar gemacht werden.

Was passiert dabei genau:

- Die gewünschte Synchronisierung und somit Ausbalancierung beider Hirnhälften
- Höhere Konzentrationsfähigkeit & Lernkapazität
- Höheres Kreativitätspotential
- Leistungsoptimierung
- Höhere Stresstoleranz
- Lösungsfokussierung
- Mehr Ruhe, Gelassenheit und ein Gefühl von Zentriertheit
- Ausgleichende Wirkung auf innere Unruhe
- Aufmerksame Entspannung

Mit geschlossenen Augen und einer vertieften Atmung kann rasch ein tiefer Entspannungszustand erreicht werden. So ist es ideal für kleine und große Pausen zwischendurch, zum Lernen oder konzentrierten Arbeiten, genauso wie zum Abschalten am Abend oder am Wochenende. Mit den anregenden Refresh-Stücken startet man effizient in den Tag oder überwindet kleine Energie-Tiefs.

Für die Nutzung mit Kopfhörern oder Mundus-Naturschallwandler konzipiert.

Sie können die CD beziehen über

Metabalance-Institut

Chopinstraße 11 a, 04103 Leipzig

Telefon: 0341 - 22 22 76 - 0

Telefax: 0341 - 22 22 76 - 10

info@metabalance-institut.de

www.metabalance-institut.de