

Troubles de concentration, difficultés d'apprentissage, stress, forte pression, burn-out – ce sont les conséquences de notre monde technique moderne. Les programmes uniques thématiques de brainLight vous offrent la possibilité de rééquilibrer votre vie.

brainLight pour les sportifs

Performances sportives d'excellence par simple pression du doigt : Touch Synchro Sport



Le Touch Synchro Sport comprend 10 programmes visuels et sonores parfaitement adaptés au domaine du sport. Les 10 programmes traitent les aspects importants de l'entraînement mental qui sont indispensables pour la préparation à la compétition, le renforcement de la confiance en soi et de l'optimisme ainsi que pour la mémoire musculaire et l'amélioration de la focalisation. C'est surtout dans le domaine du sport que le succès commence dans l'esprit. L'entraînement des sportifs de haut niveau comprend des techniques de visualisation et l'entraînement mental. Ils ne se limitent plus depuis long temps à l'entraînement physique. L'entraînement mental et la régénération de manière optimale font partie de leur quotidien au même titre qu'une alimentation saine et équilibrée. Les sportifs de loisirs peuvent profiter aujourd'hui des connaissances de la psychologie du sport.

Champs d'application :

Convient à des particuliers, pour atteindre leurs objectifs dans le domaine du sport.

Tous les programmes sont des programmes utilisables instantanément – des séquences vocales, musicales, visuelles et auditives bien harmonisées