

brainLight[®]

LIFE IN BALANCE

www.brainlight.de

5 Schritte zum perfekten **brainLight**[®]-Erlebnis



1. Bitte ziehen Sie Ihre Schuhe aus, bevor Sie sich auf den Massagesessel setzen und machen es sich darin bequem. Stellen Sie sich nicht auf das Fußteil und stützen Sie sich nicht auf den Armlehnen ab. Auf dem iPad können Sie sich in der **brainLight** App unter Info zuerst das Einführungsvideo anschauen.



2. Wählen Sie nun auf dem iPad das gewünschte Programm und die Massageintensität und starten das Programm durch leichte Berührung des Bildschirms. Wenn Sie **brainLight** zum ersten Mal genießen, beginnen Sie bitte grundsätzlich mit **Programm 1: Einführung + Anwendung**.



3. Setzen Sie nun den Kopfhörer bequem auf. Alle weiteren Schritte werden Ihnen über den Kopfhörer erklärt.

4. Je nach Programm wird Ihnen jetzt über Kopfhörer gesagt, wann Sie die Visualisierungsbrille aufsetzen sollen. Legen Sie dabei die Bügel der Visualisierungsbrille über die Ohrmuscheln des Kopfhörers. **HINWEIS:** Halten Sie während der **brainLight**-Anwendung grundsätzlich die Augen geschlossen!



5. Passen Sie die Lichtintensität der Visualisierungsbrille und die Lautstärke des Kopfhörers mit den Reglern an den Kabeln so an, dass es für Sie angenehm ist und genießen Sie Ihre wohlverdiente Pause!

Sprechen Sie mich bei Fragen gerne an:

Bettina Ulrich | Tel.: 0151 18421965 | bettina.ulrich@brainlight.de

