





DELIGHT PLUS SESSIES


		Energize Algemene beschrijving	
1	SMR	24 min	14Hz
	Voor het bereiken van ontspannen aandacht.		
2	Beta 1 - Sharpen the Mind	20 min	19-21Hz
	Een geweldige manier om 's ochtends op gang te komen zonder cafeïne. Deze sessie helpt bij het bestrijding van ADD-seizoensdepressiesymptomen. Kan angstaanvallen veroorzaken.		
3	Beta 2 - Sharpen the Mind	20 min	20-23Hz
	Zoals Beta 1, maar met hogere doelfrequentie. Veroorzaakt mogelijkere wijs meer energie of intense gevoelens.		
4	Mental Flexibility	22 min	Variabel
	Voor het "losschudden" van een vastzittende geest. Ook geschikt voor behandeling van fibromyalgie.		
5	Roller Coaster	7 min	Variabel
	Dit is een zeer actieve, onderhoudende sessie. Sommige ADD-lijdens kunnen er baat bij hebben.		


		Meditate Algemene beschrijving	
1	"Wise Guy" Alpha	30 min	10.6Hz
	Het is aangetoond dat mensen met snelle alfagolven hoger dan gemiddelde IQ hebben.		
2	Coffee Break Alpha	15 min	10Hz
	Uitstekend voor wat ontspanning tijdens de koffie- of lunchpauze.		
3	Alpha Relaxer	30 min	10Hz
	Gezonde alfa is 10 Hz. De meeste afwijkingen vertonen langzame alfa. Deze sessie herstelt het natuurlijke alfaritme. Geschikt voor beginners.		
4	Schumann Resonance	22 min	7.8Hz
	Voor een snelle, grondige middagmeditatie. Kalmeert de "hyper/babbelende" geesten. Geschikt voor onderweg.		
5	Theta	36 min	5.5Hz
	Te gebruiken voor creatieve visualisatie. Ook geschikt voor slaap.		

DELIGHT PLUS SESSIES

 Brain Booster Algemene beschrijving			
1	SMR for Reading	20 min	13.5-15Hz
	Te gebruiken met de Tru-Vu Omniscreen Viewhole visor (<i>afzonderlijk verkocht</i>) voor betere aandacht en alertheid bij het lezen.		
2	SMR/Beta	24 min	L 13.5Hz R 18Hz
	Een zachte en entrainerende sessie die helpt bij het focussen van mentale functie en geheugen.		
3	Brain Booster	30 min	L 14-10Hz R 19-10Hz
	Te gebruiken voor betere mentale functies en geheugen. Op basis van Budzynski's onderzoek. Hetzelfde als ADD and Learning, maar met zachtere overgangen. Nuttig voor senioren en ADD-lijdens.		
4	ADD and Learning	26 min	L 14-10Hz R 19-10Hz
	Deze sessie heeft snelle overgangen voor mentale stimulatie om de gebruiker bezig te houden in de sessie. Toegepast bij het ADD-onderzoek gepubliceerd in de <i>Journal of Neurotherapy</i> .		
5	Skill & Sports Development	24 min	7.8-18Hz
	Gebruik deze sessie bij de ontwikkeling van vaardigheden of betere prestatie. Visualiseer je beste gevoel in de eerste helft (alfa). Visualiseer je perfecte prestatie tijdens de tweede helft (beta).		
 Sleep Algemene beschrijving			
1	Schumann for Sleep	40 min	7.8Hz
	Voor effectieve diepe meditatie en bevordering van het inslapen. Kalmeert "hyper/babbelende" geest. Ideaal voor slapelozen met een drukke geest.		
2	Meditate to Sleep	45 min	8-3Hz
	Mediteer, visualiseer en denk rustgevende gedachten gedurende de eerste helft (8Hz); val in slaap tijdens de tweede helft (3Hz).		
3	Alpha/Theta for Sleep	36 min	L 10Hz R 6Hz
	Deze sessie helpt bij het verstrooien van negatieve gedachten die de slaap verhinderen.		
4	SMR for Sleep	40 min	14Hz
	Voor betere slaap voor slapelozen met een drukke geest maar ontspannen lichaam.		
5	Delta	45 min	3.5Hz
	Helpt bij het inslapen. Zeer geschikt voor fibromyalgiepatiënten.		

DELIGHT PLUS SESSIES

		Feeling Better Algemene beschrijving	
1	Mood Booster 1	30 min	L 10Hz R 18Hz
	Kalmeert negatieve emoties van de rechter hersenhelft en stimuleert de linkerhelft voor balansherstel alfa-symmetrie.		
2	Mood Booster 2	42 min	L 10Hz R 18Hz
	Deze sessie begint en eindigt met alfa voor vermindering van angst en betere ontspanning.		
3	Sub-Delta	24 min	0.5-1Hz
	Licht onthechtend. Kalmeert de hypothalamus. Geschikt voor sommigen met fibromyalgie of hoge bloeddruk.		
4	Extended Deep Alpha Relaxer	80 min	8.4Hz
	Blijf ontspannen bij de tandarts, massage, fysiotherapie, chiropractische of andere afspraken.		
5	Paradise	36 min	6.5Hz
	Glijdt langzaam in de Theta. Extraverten met lage onrust / angsten produceren hoge hoeveelheden van deze frequentie.		

		Zelf Ontworpen In deze lege sessies kunt u uw eigengemaakte sessies opslaan (mbv de DAVID Session Editor, <i>afzonderlijk verkocht</i>). Zie pag. Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd. voor details.	
1			
2			
3			
4			