





## DELIGHT PRO SESSIES


	<b>Energize</b> Algemene beschrijving		
<b>1</b>	<b>SMR</b>	24 min	14Hz
	Voor het bereiken van ontspannen aandacht.		
<b>2</b>	<b>Beta 1 - Sharpen the Mind</b>	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.		
<b>3</b>	<b>Beta 2 - Sharpen the Mind</b>	20 min	20-23Hz
	Zoals Beta 1, maar met hogere doelfrequentie. Veroorzaakt mogelijkere wijs meer energie of intense gevoelens.		
<b>4</b>	<b>Mental Flexibility</b>	22 min	Variabel
	Voor het "losschudden" van een vastzittende geest. Ook geschikt voor behandeling van fibromyalgie.		
<b>5</b>	<b>Roller Coaster</b>	7 min	Variabel
	Dit is een zeer actieve, onderhoudende sessie. Sommige ADD-lijdende kunnen er baat bij hebben.		

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

## DELIGHT PRO SESSIES

 <b>Brain Booster</b> Algemene beschrijving			
<b>1</b>	<b>SMR for Reading</b>	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.		
<b>2</b>	<b>SMR/Beta</b>	24 min	L 13.5Hz R 18Hz
	Een zachte en entrainerende sessie die helpt bij het focussen van mentale functie en geheugen.		
<b>3</b>	<b>Brain Booster</b>	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.		
<b>4</b>	<b>ADD and Learning</b>	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> .		
<b>5</b>	<b>Skill &amp; Sports Development</b>	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).			
 <b>Sleep</b> Algemene beschrijving			
<b>1</b>	<b>Schumann for Sleep</b>	40 min	7.8Hz
	Voor effectieve diepe meditatie en bevordering van het inslapen. Kalmeert "hyper/babbelende" geest. Ideaal voor slapelozen met een drukke geest.		
<b>2</b>	<b>Meditate to Sleep</b>	45 min	8-3Hz
	Mediteer, visualiseer en denk rustgevende gedachten gedurende de eerste helft (8Hz); val in slaap tijdens de tweede helft (3Hz).		
<b>3</b>	<b>Alpha/Theta for Sleep</b>	36 min	L 10Hz R 6Hz
	Deze sessie helpt bij het verstrooien van negatieve gedachten die de slaap verhinderen.		
<b>4</b>	<b>SMR for Sleep</b>	40 min	14Hz
	Voor betere slaap voor slapelozen met een drukke geest maar ontspannen lichaam.		
<b>5</b>	<b>Delta</b>	45 min	3.5Hz
	Helpt bij het inslapen. Zeer geschikt voor fibromyalgiepatiënten.		

## DELIGHT PRO SESSIES

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

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