





DAVID DELIGHT PLUS SESSIONS

		Energize Sessions pour vous réveiller et vous stimuler.	
1	SMR Utilisé pour réaliser une détendue attention	24 min	14Hz
2	Beta 1 - Aiguiser l'esprit Un excellent moyen d'y aller le matin sans caféine. Cette session contribue à réduire les symptômes de TDA et SAD. Peut causer de	20 min	19-21Hz
3	Beta 2 - Aiguiser l'esprit Comme bêta 1, mais avec une plus haute plage de fréquences cible. Peut donner un sentiment plus énergisant ou intense.	20 min	20-23Hz
4	Flexibilité Mentale A « détendre » un esprit coincé. Peut également en profité pour la fibromyalgie.fibromialgia	22 min	Variables
5	Roller Coaster Cette session bourré d'action est très engageante. Certains souffrant de TDA peuvent en bénéficier	7 min	Variables


		Méditer Sessions pour se détendre et de vous calmer	
1	Alpha 1 « Wise Guy » il a été démontré que les personnes atteintes d'ondes alpha rapides en cours d'exécution ont plus élevé que le QI moyen	30 min	10.6Hz
2	Pause café Alpha Parfait pour un peu de repos pendant votre pause café ou déjeuner.	15 min	10Hz
3	Alpha détandant Alpha sain est de 10 Hz. Plupart des troubles ont ralentissement alpha. Cette session rétablit le rythme alpha naturel. Bon pour les debutants principiantes.	30 min	10Hz
4	Sonorités Schumann Pour une méditation d'après-midi rapide et approfondie. Calme « hyper/chatterie » esprits. Pour ceux sur le départ.	22 min	7.8Hz
5	Theta Utilise pour de la visualisation créative. Peut également être utilisé pour la sommeil;	36 min	5.5Hz


DAVID DELIGHT PLUS SESSIONS

	Booster de Cerveau Sessions pour vous aider a mettre au point et concentrer;		
1	SMR pour la lecture	20 min	13.5-15Hz
	À utiliser avec un ensemble de 'Tru-Vu Omniscreen Viewhole eyesets' (vendu séparément) pour améliorer l'attention et la vigilance lors de la lecture.		
2	SMR/Beta	24 min	L 13.5Hz R 18Hz
	Une douce et entraînante session qui aide à focaliser le fonctionnement mental et la mémoire		
3	Booster de cerveau	30 min	L 14-10Hz R 19-10Hz
	Permet d'améliorer le fonctionnement mental et la mémoire. Basé sur l'étude de Budzynski. Similaire à TDA et d'Apprentissage, mais avec des transitions plus douces. Utile pour les personnes âgées et celles souffrant de TDA.		
4	TDA et Apprentissage	26 min	L 14-10Hz R 19-10Hz
	Cette session a des transitions rapides pour la stimulation mentale pour aider à garder l'utilisateur "engagé" dans la session . Utilisé dans le TDA étude publiée dans le 'Journal of Neurotherapy Neuroterapia.		
5	skill & Sports développement	24 min	7.8-18Hz
	Utiliser cette session pour développer des compétences ou améliorer les performances. Visualiser sentir votre meilleur pendant la première moitié (alpha). Ensuite visualiser votre performance parfaite au cours du deuxième moitié (bêta) de la session		

	La Sommeil Les Sessions pour vous aider à vous détendre et à vous endormir.		
1	Schumann pour un sommeil	40 min	7.8Hz
	Pour une méditation profonde et efficace et pour améliorer l'apparition du sommeil. Calme esprits « hyper/chatterie ». Idéal pour les personnes souffrant d'insomnie qui ont l'esprit occupé et leur corps .		
2	Méditer pour dormir	45 min	8-3Hz
	Méditer, visualiser et avoir des pensées apaisantes au cours de la première moitié (8Hz) ; s'endormir au cours de la seconde moitié (3Hz).		
3	Alpha/Theta pour Sommeil	36 min	L 10Hz R 6Hz
	Cette session peut vraiment aider à briser les pensées éprouvantes qui interfèrent avec le sommeil.		
4	SMR pour dormir	40 min	14Hz
	Profiter-en pour améliorer le sommeil pour ceux qui souffrent d'insomnie due à un esprit « qui fait la course» mais un corps détendu.		
5	Delta	45 min	3.5Hz
	Pour aider à s'endormir. Idéale pour les personnes souffrant de fibromyalgie;		

DAVID DELIGHT PLUS SESSIONS

	Se sentir mieux Sessions pour aider votre humeur et réduire le stress.		
1	Booster d'Humeur 1	30 min	L 10Hz R 18Hz
	Calme les émotions négatives du cerveau droit tout en stimulant le cerveau gauche pour rééquilibrer l'asymétrie alpha.		
2	Booster d'Humeur 2	42 min	L 10Hz R 18Hz
	Cette séance a un alpha frontal pour réduire l'anxiété et améliorer la détente		
3	Sous-Delta	24 min	0.5-1Hz
	Légèrement dissociant. Apaise l'hypothalamus. Bénéfique pour certains avec la fibromyalgie et l'hypertension.		
4	Relaxation profonde Alpha avancée	80 min	8.4Hz
	Rester détendu pour vos soins dentaires, massages, physiothérapie, chiropratique et autres rendez-vous.		
5	Paradis	36 min	6.5Hz
	Un glissement doux jusqu'à Theta. Les extravertis avec faible anxiété produisent des hauts niveaux de cette fréquence.		

	Conception d'utilisateur Ces séances ont été laissées vides pour stocker vos propres séances personnalisées (à l'aide de l'éditeur de Session DAVID, vendu séparément). Voir page 9 pour plus de détails.		
1			
2			
3			
4			
5			