



Pressemitteilung

Goldbach, 14.02.20

brainLight ist Teil der Golf-Zukunft „Perfect Swing 4.0“ *Entspannung unterstützt die neue Trainingsmethode*

Die brainLight GmbH ist seit jeher Taktgeber in Sachen Resilienz und Transformationsfähigkeit. Jetzt baut das Unternehmen seine Kompetenz in diesem Bereich aus und wird Teil des Golfer*innen-Trainings **PERFECT SWING 4.0** der PEAK PERFORMANCE GOLF ACADEMY. Die entsprechende Schulung vereint Entspannungs- und Mentaltraining mit täglichem Visualisierungstraining und individuellem Golfcoaching durch den **PGA G1 Golf Pro Gerd Hoffmann**.

Denkschemata auf ein neues Level heben

Ein wichtiges Ziel dieses Seminars ist es, Stressfaktoren und Glaubenssätze zu erkennen und aufzulösen. In der Praxis erfahren Teilnehmer*innen die Inhalte und die damit in Verbindung stehenden Themen auf der Driving Range des jeweiligen Golfplatzes am eigenen Körper. Dadurch wird unter dem schönen Postulat, „Unlock your Potential“, Veränderung möglich, denn Denkschemata werden erkannt und auf ein neues Level angehoben. Die neue Methode **PERFECT SWING 4.0** verknüpft Körper und Geist neu miteinander und trainiert so die (nicht nur) im Golf so wichtige Veränderungsfähigkeit. Außerdem erfährt die psychische Widerstandsfähigkeit einen Neustart.

Positivität schafft Veränderung

Im täglichen Einzelcoaching wird die **Bewusstseinstrainerin für Führungskräfte, Kerstin Molthan**, mit Ihnen die Gedanken und Glaubenssätze identifizieren, die Ihr energetisches System blockieren. Wenn diese durch positive Überzeugungen und Emotionen ersetzt werden, entstehen auf körperlicher, geistiger und energetischer Ebene neue Schwingungsfrequenzen. Ungenutzte Areale im Gehirn verschalten sich neu. Golf ist wie keine andere Sportart dazu geeignet, verborgene Potentiale freizulegen. Auf geistiger, emotionaler und körperlicher Ebene trainieren Kerstin Molthan und Gerd Hoffmann die Fähigkeit, sich zu verändern und mit diesen Änderungen konstruktiv umzugehen. Teilnehmer*innen erleben diesen Prozess hautnah an sich selbst.

Veränderung wird möglich

Golfer*innen sind „Chef“ von Tausenden von Mitarbeitern in Form von Muskel- und Nervenzellen. Ein effizienter, perfekter Bewegungsablauf für ein optimales Ergebnis ist das Ziel. Wie kann binnen kürzester Zeit eine Koordination aller dieser Zellen miteinander erreicht werden? Über 4-5 Stunden diese Performance zu halten und immer wieder diese Prozesse abzurufen und in Gang zu setzen, ist der Weg zum Ziel. Neue Denkmuster werden trainiert, die direkt in veränderte, effizientere Schwünge und Bewegungen umsetzbar sind. Schon nach kurzer Zeit lässt sich erspüren, wie sich die neuen Gedanken zu neuen Bewegungsmustern verändern. An dieser Stelle kommt brainLight ins Spiel, denn die audio-visuellen Entspannungssysteme des Marktführers in diesem Bereich vernetzen die beiden Gehirnhälften der Anwender*innen miteinander. Während des Trainings ist immer wieder Gelegenheit die entspannende, intuitive Wirkungsweise dieser Systeme zu erfahren. Es handelt sich dabei um eine nachhaltig wirkende Trainingsunterstützung.

Die 4-stufige Seminarreihe „Unlock your potential“ gliedert sich in Basic, Advanced, Premium und Peak Performance auf.

Buchbar sind die Seminare auf www.perfect-swing.de



Über die brainLight GmbH

Die brainLight GmbH entwickelt und produziert seit 1988 ganzheitliche Entspannungssysteme und unterstützt Menschen weltweit dabei, in ihre persönliche Mitte und in Balance zu kommen. Dabei stehen von Anfang an die Menschen und die positiven Effekte der brainLight-Produkte für ihr Leben im Fokus. Life Balance, die alle Bereiche zur Erhöhung der Lebensqualität, Entfaltung von Potenzialen und Erweiterung des Bewusstseins umfasst, versteht die brainLight GmbH hier sowohl als unternehmerische wie auch als gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Mit ihren weltweit einzigartigen High-Tech-Entspannungssystemen, die auf dem integrierten Wohlfühlkonzept bzw. integrated Feel Good Concept basieren, hat die brainLight GmbH schon zahlreiche Organisationen bzw. Menschen bei ihrem Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) und Selbstmanagement, sprich ihrem Life Balance Management, erfolgreich unterstützt.