

# Tag der Entspannung in Tübingen

## brainLight Info-Nachmittage

### Kostenlose Vorträge zu "Entspannung auf Knopfdruck"

#### Ruhe und Gelassenheit auf Knopfdruck

Ein Geheimnis für ein gesundes und glückliches Leben liegt in der Balance. Die richtige Balance zu finden ist die entscheidende Herausforderung im Privatleben wie in Unternehmen.

Die weltweit einzigartigen audio-visuellen Tiefenentspannungs-Systeme von brainLight helfen Ihnen dabei, diese innere Ausgeglichenheit und Entspannung zu erreichen. Schon nach wenigen Minuten einer brainLight-Anwendung fühlen Sie sich ruhig und tiefentspannt. Ihr Atem verlangsamt sich und wird gleichmäßiger. Es erscheinen Gedankenbilder und Vorstellungen wie in einem Film, Ihr Geist scheint zu schweben: Aufregende Farben, Formen und Muster entstehen vor Ihrem inneren Auge.

Mit unseren Informations-Nachmittagen haben wir eine Veranstaltungsreihe neu aufgelegt, in der wir Ihnen entgegen kommen und in verschiedenen Städten Deutschlands Halt machen. Entspannungstechnologie und das menschliche Gehirn sind ein spannendes und vielschichtiges Thema, auf das wir uns seit 1988 spezialisiert haben. Unser Wissen geben wir gerne in Kurzvorträgen weiter.

Erfahren Sie in unseren kostenlosen Vorträgen (Dauer ca. 45 Minuten) mehr über Hintergrund und Wirkungsweise der brainLight-Systeme! Bitte melden Sie sich aus organisatorischen Gründen an, die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Nutzen Sie die Chance und testen Sie die brainLight-Tiefenentspannungssysteme direkt am Veranstaltungsort in entspannter Ambiente. Für kostenlose Snacks und Getränke ist gesorgt.

#### Tag der Entspannung am 14. März 2020 in Tübingen

An diesem Nachmittag im "Haus des Handwerks" der Kreishandwerkerschaft Tübingen finden verschiedene Vorträge zu Themen rund um die brainLight-Tiefenentspannungssysteme und ihre Wirkungsweise statt.

Es werden u. a. die Einsatzmöglichkeiten der brainLight-Systeme im Betrieblichen Gesundheitsmanagement vorgestellt, die komplett organisierten Gesundheitsförderungsmaßnahmen unter Einbeziehung von brainLight-Systemen und die aktuellen [Studien](#).

Vorgestellt werden zudem die aktuell laufenden BGM-Projekte und die Zwischenergebnisse eines 2016 begonnenen BGM-Projekts.

Referent: **Verschiedene Referenten\*innen**

#### Veranstaltungsort:

"Haus des Handwerks" der Kreishandwerkerschaft Tübingen, Handwerkerpark 1, 72070 Tübingen

#### Beginn:

Samstag, 14. März 2020, 14:00 Uhr

**Ende:**

Samstag, 14. März 2020, 18:00 Uhr

**Veranstaltungsort:**

Handwerkerpark 1

72070 Tübingen

Deutschland

**Website & Anmeldung:**

<https://www.brainlight.de/presse/events/info-nachmittage/tag-der-entspannung-in-tuebingen.html>