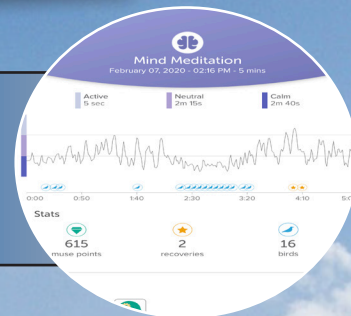


BeachEvents.nl

keihard werken! keihard ontspannen!

Stress is top! Elk goed presterend bedrijf kan niet zonder! Het is een kwestie om na ieder stress moment voldoende ontspanning te creëren.



Met de MindLounge hebben wij een tool ontwikkeld die maanden ervaring in mediteren overslaat. Het geeft deelnemers via een speciaal geleide meditatie direct inzicht in de hersenactiviteit en de daarbij behorende mate van stressbestendigheid.

Onze tool meet de hersenactiviteit, zet deze meting om in geluid. Deelnemers geleiden zichzelf via deze geluiden als storm (stress), lekker briesje (ontspannen) en fluitende vogels (Zen) naar hun best bereikbare ontspanning.



De ingenieuze MindLounge geeft middels 7 sensoren inzicht in ieders hersenactiviteit. Tevens leert De MindLounge de deelnemers de hersenen te sturen van stress naar totale ontspanning.



Onderzoek van Harvard toont: mediteren verandert de hersenen mbt zintuiglijk waarnemen, emotie regulatie, besluitvorming, geheugen, leren, empathie en stress in gunstige zin.