



Aisenpreis
Coaching
& Therapie

in Kooperation mit:

i-NFBBF®
Ausbildung Therapie Training Fortbildung Forschung

Neues Format Schweiz! 18. & 19. Juni 2016 Spezialworkshop

Peak Performance

Bio-/ Neurofeedback Training nach den Richtlinien ACT/ i-nfbf

Seminarinhalte:

Theorie: Kognitives und emotionales Gehirn bei Höchstleistung, „Choking under Pressure“ bei Spitzenleistung, Neurohormone

Praxis: Spezielle Herausforderungen beim Peak Performance Training bei Sportlern, Führungskräften und „Top Performern“ in Politik, Wirtschaft und Performing Arts

Biofeedback/ Neurofeedback Training: HRV Biofeedback, BioSign HRV Scanner, Nexus 4/ 10; SMR/ Lo Beta Training, Gamma Training zur Leistungssteigerung mit dem Nexus 4/ 10 System

Seminarleitung:

Punito Michael Aisenpreis, HP: Cert. Rolfer® und Somatischer Therapeut seit 1981. Osteopathie, Trauma Therapie & Biofeedback. Consultant für HRV Systeme. HRV Biofeedback und Coaching in eigener Praxis und in Unternehmen. HRV Forschung, Stressmanagement und Peak Performance. Leiter der ACT Aisenpreis Coaching & Therapie GmbH. Mitglied der Dt. Gesellschaft f. Biofeedback e.V.

Veranstaltung & Organisation:

Institut für Neurofeedback & Biofeedback i-nfbf
Datum: 18. u. 19. Juni 2016
Zeiten: Sa. & So. ganztägig 9.00 - 17:30 Uhr
Ort: Raum Zürich/ZH Schweiz
Seminargebühr: SFR 799.-
incl. ACT Peak Performance Suite für Nexus 10
incl. Kursmaterial & Zwischenverpflegung

Literaturempfehlung:

Rief/ Bierbaumer: Biofeedback; Schattauer Verlag
Dr. Edith Schneider et. al.: Praxisbuch Biofeedback
Stephen Porges: Die Polyvagale Theorie, Junfermann Verlag
Werner Wittling: Herzschlagvariabilität
Edmonds/ Tennenbaum: Case studies in applied psychophysiology; Wiley-Blackwell, Chichester, UK

Spitzensport und Spitzen-Management

Im Sport bessere Leistungen erreichen zu können, ist heute ein wichtiges Thema. In Verbindung mit mentalen Techniken ist Neurofeedback eine ideale Ergänzung zum sportlichen Training. Sportler erlernen entspanntes und hochkonzentriertes Verhalten, indem sie ihre Hirnwellen trainieren. Entspannung ist für höchste Leistung ebenso gefragt wie höchste Konzentration. Mit Elektroden, die am Kopf befestigt werden, werden Hirnwellen abgeleitet und dann durch Rückmeldungen zu vermehrter Produktion angeregt. Diejenigen Hirnwellen, die für die entspannte Konzentration verantwortlich sind, werden angeregt, indem die Animation auf dem Trainingscomputer nur dann positiv rückgemeldet, wenn die spezifischen Hirnwellen auch wirklich ausgiebig generiert werden. Ebenso werden jene Wellen, die für höchste Konzentration verantwortlich sind, verstärkt, wenn der Spieler positive Rückmeldungen erhält. Mit Hilfe des Neurofeedback-Trainings werden Sportler mit höchster Konzentration ihre Zielsicherheit erreichen, Spitzenleistung abrufen und dabei entspannt und flexibel bleiben.

In allen Sportarten kann Neurofeedback zu vermehrter Konzentration und damit auch zu größeren Leistungen verhelfen. Ein Peak-Performance-Training bringt höchste Leistung verbunden mit verbesserter Entspannung und Selbstsicherheit. Neurofeedback bringt dadurch mentale Klarheit und höchste Effizienz, sowie Gelassenheit und Entspannung.

Peak & Health Performance mit Bio- und Neurofeedback im November 2015 wird Punito M. Aisenpreis die neue **Peak & Health Performance Suite** für NeXus-10 vorstellen, die sich bei der Betreuung von Olympia-Teilnehmern, Leistungssportlern und anderen „Spitzenleistern“ bereits bewährt hat. Es werden HRV-Biofeedback, SMR-, Lo-Beta und Gamma-Trainings aus dieser Suite vorgestellt sowie die Grundlagen der Neuroplastizität sowie des HRV-Trainings besprochen. Darüber hinaus wird die Anpassung der Trainingsinhalte und Feedbackparameter an die Hochleistungsklienten aus den Bereichen Sport, Management, Politik und Performing Arts besprochen. Der Kurs befähigt die Teilnehmer, Hochleistungsklienten aus den verschiedensten Bereichen erfolgreich mit kombiniertem Bio- und Neurofeedback zum Erfolg zu begleiten.



Punito M. Aisenpreis bereitet Spitzensportler aus dem Oman auf neue Leistungsstufen vor.

Anmeldung und Information:

Institut für Neurofeedback & Biofeedback AG
Dr. oec. Eva Otzen-Wehmeyer
Schwerzistrasse 4 CH-8807 Freienbach Schweiz
Tel.: +41- (0) 78 7 141415 Fax: +41-21-922 51 91
E-Mail: info@i-nfbf.ch www.i-nfbf.ch

Aisenpreis Coaching & Therapie GmbH

Untermarkt 16, D-82418 Murnau
Tel. +49-8841-678 800 Fax:+49-8841-678 399
E-mail: seminar@herzkohaerenz.de www.herzkohaerenz.de

