



TECNOLOGÍA HEMISYNC para el Arbitraje

Instructor:
José Sánchez García



Aplicaciones para el Deporte

Concentración

Atención enfocada

Mejora sensorial

Recuperación de lesiones

Activación y energía

Agilidad y coordinación

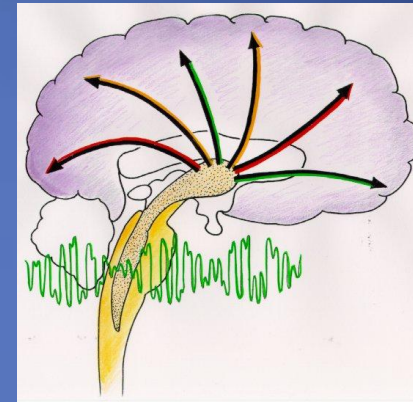
Relajación profunda y liberación del stress

Descanso, sueño y jet lag

Manejo del dolor

Visualización creativa

Salud

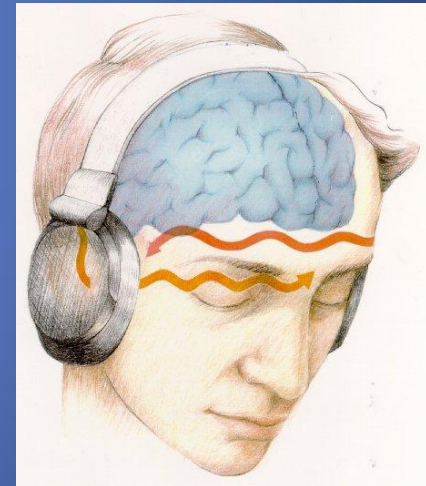




¿Qué es Hemi-Sync®?

Hemi-Sync® es una tecnología de sonido científica y clínicamente probada que utiliza el sonido para cambiar a voluntad la actividad cerebral.

Con 50 años de investigación...





Frecuencias cerebrales y Actividades relacionadas

- Delta** 0.5 Hz - 4 Hz: sueño profundo, anestesia, sueño lúcido, fuera del cuerpo
- Theta** 4 Hz - 8 Hz: hipnosis profunda, sueños
- Alpha** 7 Hz - 14 Hz: sedación, hypnosis y actividades deportivas
- Beta** 14 Hz - 30 Hz: alto nivel de alerta
- Gamma** >30 Hz: estimulación sensorial



¿Cómo funciona Hemi-Sync®?

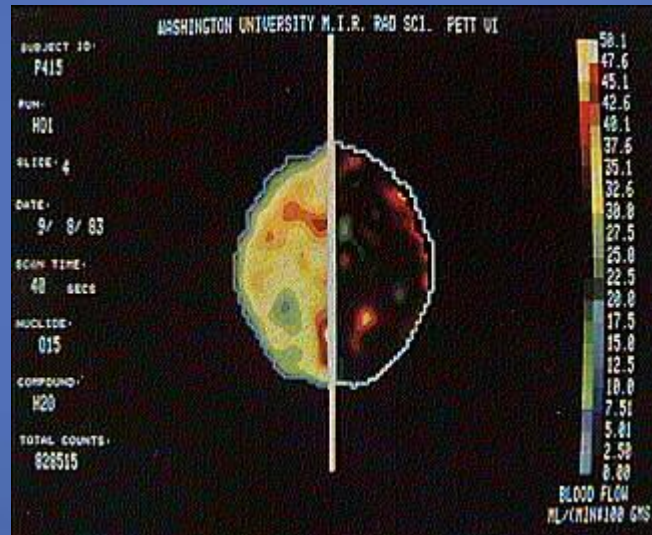
Hemi-Sync® es un proceso guiado con sonido y música que a través de ondas sonoras multicapas, actúan en sincronía para crear una onda o patrón cerebral específico.

El resultado es un estado conocido como Sincronización Hemisférica, o “Hemi-Sync®,” donde los hemisferios izquierdo y derecho trabajan juntos en un estado de coherencia, circunstancia que rara vez ocurre en la vida cotidiana o profesional.

Hemi-Sync® no te fuerza a hacer nada. Simplemente crea un efecto que te ayuda a moverte al estado que deseas.



¿Cómo funciona Hemi-Sync® ?



Flujo de sangre desequilibrado en una víctima de un ataque de pánico

PET Scan from Scientific American March 1985 p. 72



Coherencia cerebral tras la utilización de la tecnología Hemi-Sync

Sin Hemi-sync



patrón de ondas cerebrales incoherente con los procesos de pensamiento limitado

Con Hemi-sync



patrón de ondas cerebrales coherente – mayor potencial de todo el cerebro

Ondas Cerebrales