

ALPHA FLOATING



Stressuntersuchung an 8 Testpersonen vor und nach Alphafloating und energetischer Behandlung

In Zusammenarbeit mit Dr. med. Uwe Rascher, Arzt für Gesundheitsmedizin und Naturheilverfahren

Als Messgerät wurde das Vicardio EKG zur Bestimmung von Herzfrequenz, Herzkreislauf-erholung und Aktivitätszustand über die Herzratenvariabilität (HRV), sowie die klassische Blutdruckmessung über eine Armmanschette verwendet. Mit diesen 4 Parametern konnte der Aktivitäts- bzw. Stresszustand unserer 8 Testpersonen bestimmt werden.

Die Testpersonen wurden zusätzlich noch über ihr subjektives Wohlbefinden befragt, welches sie mit Hilfe des Schulnotensystems 1-5 benoteten.

Durchführung:

Die Testpersonen wurden an drei Tagen, im Laufe einer regulären Arbeitswoche getestet. Jeweils vor und direkt nach der Prana-Healing Behandlung oder einer Floatanwendung lagen die Testpersonen 5 Minuten in einem ruhigen Raum, wo die Messungen stattfanden. 6 TeilnehmerInnen vollendeten die Untersuchung.

Die erhobenen Parameter:

- **HerzKreislaufferholung**
Diese liegt zwischen 0,1 und 4,9 – wobei 4,9 die Bestnote ist. Werte unter 4,0 zeigen ein deutlich belastetes Herzkreislaufsystem an.
- **Stresslevel**
Der Stresslevel wird in % angegeben und sollte bei Bestwerten zwischen 7 und 11% liegen. Ab einem Wert von 25% sollte man etwas für seine persönliche Entspannung tun!

- **Ruhepuls**

Der Ruhepuls wird in Schlägen pro Minute angegeben und zeigt die Effektivität unseres Herzens.

Dr. med. Uwe Rascher: „Als Gesundheitsmediziner verlange ich einen Ruhepuls von 50–60 Schlägen, als Zeichen eines trainierten Organismus.“

Ergebnisse nach dem Prana-Healing:

Insgesamt konnten klare Verbesserungen des Gesundheitszustandes der Testpersonen erreicht werden.

1. Testperson, 41, gesundheitliche Probleme: Kopfschmerzen, psychische Belastung.

Die Testperson begann mit der Befindlichkeitsnote 4-5, hatte Kopfschmerzen und fühlte sich gestresst. Nach der ersten Behandlung sank der Stresswert von 48% auf 15%, die Herzkreislaufferholung verbesserte sich von 4,4 auf 4,8. Das Wohlbefinden steigert sich auf 2-3, sie fühlte sich leicht und schwebend und auch die Kopfschmerzen waren fast weg.

Am Ende der Woche entschied sich die Testperson, trotz einer schweren emotionalen Belastung für eine Befindlichkeitsnote von 3-4, die Stresswerte lagen zwischen 15% und 20% und der gemessene Blutdruck war niedriger als am Wochenanfang. Die Kopfschmerzen waren nach drei Behandlungen weg.

2. Testperson, 59, gesundheitliche Probleme: Nervosität und Herzklopfen, Schweißausbrüche, Entspannungsschwierigkeit.

Die Testperson begann mit einem Stresswert von 22% und einer Befindlichkeitsnote von 2. Nach jeder Behandlung kam es zu einer deutlichen Verbesserung der Symptome und einer starken Reduktion der Stresswerte. Sie beendet die Versuchsreihe mit einem sehr niedrigen Stresslevel von 9%, der Ruhepuls sank von 84 auf 73 und die Selbstbenotung lag bei 1-2. Die Herzkreislaufferholung lag konstant im höchsten Bereich von 4,3 bis 4,7. Die Testperson fühlte sich nach der letzten Therapiesitzung relaxt, erholt und spürte auch das Herzklopfen nicht mehr.

Ein voller Erfolg für die Energiebehandlung.

3. Testperson, 31, Leistungssportler/Ironmanathlet, gesundheitliche Probleme: Rückenschmerzen, stark verkühlt

Die Testperson kam nach einem einwöchigen grippalen Infekt zur ersten Messung. Sie fühlte sich müde, hatte Kopfschmerzen und Rückenschmerzen. Sie gibt sich die Note 3 und begann die Untersuchung mit einem Stresslevel von 43% und einer Herzkreislaufferholung von 3,4. Ein Zeichen dafür, dass der Körper den Infekt noch nicht im Griff hatte. Der Ruhepuls pendelte sich bei

45 ein, was für die Testperson, angesichts der Sportlichkeit um 8 Schläge zu hoch war.

Nach den drei Behandlungen erholte sich das Herz-Kreislaufsystem auf den Faktor 4,3. Das eigene Wohlbefinden steigerte sich auf 1–2. Die Testperson fühlte sich „pipifein“ und sehr erholt. Die Kopf- und Rückenschmerzen waren nach der ersten Behandlung weg. Der Stresswert verbesserte sich leicht auf 35%, möglicherweise ein Zeichen dafür, dass der Infekt noch nicht „besiegt“ war oder, dass sich der Sportler mental nicht ideal entspannen konnte. Der Ruhepuls lag zwischen 39 und 43. Die Therapie schlug insgesamt sehr gut an, so dass sich der Sportler unbedingt weiter behandeln lassen möchte.

Ergebnisse nach dem Alphafloating:

1. Testperson, 41, gesundheitliche Probleme: Verspannungen, Verletzung an der rechten Hand.

Die Testperson kam müde und lustlos zur ersten Messung, gab sich die Note 4. Nach dem Floaten kam es zu einer Stressreduktion von 23% auf 15%, sie fühlte sich entspannt und berichtete von einem aufkeimenden Tatendrang. Nach den drei Floating Einheiten bemerkte man eine Aktivierung des aktiven Nervensystems, des Sympathikus, als Zeichen einer absoluten Erholung mit dem Drang, aktiver zu werden. Zur letzten Einheit kam die Testperson mit nur 14% Stress, fühlte sich sehr gut und hatte keine Beschwerden mehr. Nach dem Floaten stieg der Stresswert auf 24%, sie fühlte sich aufgeladen und voll aktiviert.

2. Testperson, 39, gesundheitliche Probleme: Kreuzschmerzen, Tinnitus und Kreislaufbeschwerden (Schwindel)

Die Testperson fühlte sich am Anfang unausgeschlafen, ausgepowert und hatte LWS Beschwerden. Subjektive Benotung: 4

Nach den 3 Floating Einheiten gab sie sich die Note 2+! Die Rückenschmerzen waren verschwunden, der Stresslevel verbesserte sich von anfangs 36% auf bis zu 13%. Nach der letzten Einheit stieg der Stresslevel wieder auf 39%, was auf eine absolute Aktivierung der eigenen Energien hinweist. Auffallend waren die extrem niedrigen Blutdruckwerte, (unter 100/50) die den Schwindel und die Kreislaufschwäche erklären.

3. Testperson, 33, gesundheitliche Probleme: Hautjucken, Tinnitus.

Die Testperson war leicht angespannt, was man an dem gemessenen Stresswert von 27% leicht erkennen kann. Dieser Wert verbesserte sich durch die Floating-Anwendungen auf 12% und lag nach dem letzten Floaten bei 16%, was wiederum als Zeichen einer leichten Aktivierung gesehen werden kann. Das subjektive Wohlbefinden steigerte sich von 2-3 auf 1-2. Die Testperson gab an, in dieser

Woche weniger Antihistaminika gegen den Juckreiz genommen zu haben, als in den Wochen davor. Insgesamt war die Testperson bei allen Messwerten im Top Bereich angesiedelt.

Zusammenfassung der Ergebnisse:

Die Prana-Energetisierung von Helmut Steinbacher zeigt sich als sehr wirksam bei Befindlichkeitsstörungen körperlicher und seelischer Art. Bei den Messungen kam es durchwegs zu positiven Verbesserungen. Das Wohlbefinden verbesserte sich am Ende der Untersuchung von durchschnittlich 3,2 auf 2,2 und der gemessene Stresswert sank durchschnittlich von 37,6% auf 21,6%. Der Therapeut selbst, berichtete über eine stetige Verbesserung und Stärkung der Energiefelder.

Das Alphafloaten bestätigt sich als ausgezeichnete Methode, sich zu regenerieren, zu entspannen und zu energetisieren. Man liest, Floaten setzt Endorphine, also Glückshormone frei und dies wird durch unsere Messungen bestätigt. Drei der Testpersonen begannen die Messreihe leicht gestresst und übermüdet, und das bereits am Anfang einer neuen Arbeitswoche!

Bereits nach der ersten Einheit verbesserten sich die Stresswerte verbesserten von durchschnittlich 28,6% auf 16%! Das Wohlbefinden stieg von durchschnittlich 3,5 auf 1,6!

Nach den nächsten beiden Messungen zeigte sich bei allen TeilnehmerInnen eine Aktivierung und Energetisierung, sie fühlten sich aktiviert, frisch und „aufgeladen“ – voller Tatendrang! Zusätzlich verbesserten sich gesundheitliche Beschwerden – wie Rückenschmerzen, Kopfschmerzen oder ein Nesselausschlag.

Insgesamt kann ich als Gesundheitsmediziner, das Alphafloaten als hocheffektive Regenerationsmethode, in unserer heutigen schnelllebigen Zeit wärmstens empfehlen

**Alpha Floating GmbH,
9081 Reifnitz / Austria,
Otilie-von-Herbert-Weg 6
Telefon: +43(0)4273/23400,
Fax: +43(0)4273/23400-15,
E-Mail: office@alphafloating.at
www.alphafloating.at**