



Folgende Frequenzen stehen bei der Vitalkraftplatz-Kristallmatte zur Verfügung:

1 - 3 Hz Delta-Wellen

Delta Wellen sorgen für die tiefste Entspannung. In diesem Zustand schüttet der Körper heilende Wachstumshormone aus. Delta-Wellen können bei der Regeneration des Körpers und der Psyche helfen indem sie Stress abbauen, das Immunsystem verbessern, die Konzentration und kognitive Funktionen verbessern und das Bewusstsein erweitern. Darüber hinaus können sie bei der Behandlung von Schlafstörungen und Angstzuständen hilfreich sein.

1 Hz.

- Stimulierung des Stoffwechsels.
- Entspannung der Rückenmuskulatur.
- Harmonisiert, bringt Körper und Geist ins Gleichgewicht.
- Wirkt Stimmungsaufhellend bei depressiven Zuständen.
- Energetisiert die Fortpflanzungsorgane und die Schilddrüse.

2 Hz.

- Ausstoß von Endorphinen (Glückshormone)
- Regeneration der Nerven.

3 Hz.

- Reaktionsfähigkeit des Körpers wird optimiert.
- Verbessert die Schlafqualität und die Erholung.
- Kann Muskelverspannungen und Kopfschmerzen lindern.



4 – 8 Hz Theta Wellen

Theta-Wellen sind ein wichtiger Faktor für Entspannung und Meditation. Einige Studien haben gezeigt, dass Theta-Wellen helfen können, Stress und Angstzustände zu reduzieren. Darüber hinaus werden Theta-Wellen als Indikator für Kreativität und Inspiration betrachtet.

4 Hz.

- Unterstützt die Wundheilung.
- Regeneriert Haut und Gewebe.
- Fördert die Durchblutung und den Stoffwechsel.

5 Hz.

- Schmerzlinderung bei Menstruationsbeschwerden.
- Anwendung bei Schlafstörungen.
- Unterstützt die Knochenheilung.
- Verbessert die Knorpel und die Knochenfestigkeit.
- Anwendung bei chronischer Blasenentzündung und Venenerkrankungen.

6 Hz.

- Verbessert die Körperhaltung und die Beweglichkeit.
- Lindert Entzündungen.
- Wirkt Angstlösend.
- Anwendung bei Knochenhautentzündung und Neuralgien.

7 Hz.

- Schafft mentale Klarheit und fördert die Konzentration.
- Unterstützt kognitive Funktionen.
- Stärkt die Konzentration.

7,83 Hz "P0 Schumann-Frequenz"

- Grundlage für Selbstheilung.
- Wirkt Auswirkungen von Elektrosmog entgegen.
- Zellen schwingen in optimaler Frequenz.
- Verstärkt Immun und Krebsabwehr.
- Normalisiert den Blutdruck.
- Weniger Herzinfarkte durch Erhöhung der Herzschlagvariabilität

8 Hz.

- Entspannt und regeneriert.
- Vorstellungskraft wird gestärkt.
- Anwendung bei Kreislaufschwäche, Migräne und Spannungskopfschmerzen.
- Niedriger Blutdruck

9 – 14 Alpha-Wellen

Alpha-Wellen reduzieren den Stress im menschlichen Körper, gleichzeitig erhöht sich die Entspannung und das Wohlbefinden. Linke und rechte Gehirnhälfte kommen in Einklang. Alpha-Wellen sorgen für mentale Klarheit.

9 Hz.

- Fähigkeit von Konfliktlösungen.
- Geistige Klarheit.

10 Hz.

- Verbessert die Durchblutung.
- Stärkt das Immunsystem.
- Anwendung bei Hexenschuss.
- Fördert die Ausschüttung von Serotonin.

- Bei einem Alkoholkater.
- Tinnitus, Zerrungen.
- Verbesserte Gedächtnisleistung.
- Anwendung bei Magenschmerzen und Prellungen.
- Multiple Sklerose, Prellungen, Allergien, Heuschnupfen, Rücken- und Nackenschmerzen.

Frequenzen von 1 – 10 Hertz Wirken im Körper krampflösend und analgetisch.

11 Hz.

- Wirkt Stressreduzierend und fördert die Entspannung.
- Verbessert die kognitive Funktion und steigert die Gedächtnisleistung.

12 Hz.

- Unterstützt die Entspannung und das Wohlbefinden.
- Reduktion von Schmerzen bei Fibromyalgie und Migräne.
- Anwendung bei chronischer Bronchitis, und Muskelkater.

13 Hz.

- Verbesserte Vitalität.
- Unterstützung der Muskelregeneration.
- Lindert Entzündungen.
- Gesteigerte Vitalität.

14 – 30 Hz Beta-Wellen

Man kann sagen, dass Beta-Wellen im Gehirn mit mentaler Aktivität wie Logik, Konzentration, Vernunft und Wachsamkeit assoziieren. Sie sorgen für einen hellwachen Zustand.

14 Hz.

- Mentale Klarheit.
- Förderung der Konzentration.

15 Hz.

- Verbessert die Beweglichkeit und Flexibilität.
- Bei chronischen Schmerzen.
- Lindert Schmerzen und Entzündungen.
- Anwendung bei Asthma bronchiale.
- Anwendung bei kalten Händen und Füßen.

Frequenzen von 11 – 15 Hertz wirken im menschlichen Körper entzündungshemmend und werden erfolgreich bei degenerativen Erkrankungen eingesetzt. Zudem verbessern sie die Durchblutung und den Lymphfluss und haben eine abschwellende Wirkung.

16 Hz.

- Verbesserte geistige Klarheit.
- Aktivierung des Kronenchakras.

17 Hz.

- Unterstützt die kognitive Funktion.
- Reduktion von Schmerzen bei Migräne und Arthritis.
- Chronische Ischiasbeschwerden.

18 Hz.

- Verbesserung der Muskelkoordination und Funktion.
- Regeneration nach Sport.
- Reduktion von Muskelverspannungen und Schmerzen.
- Lindert Schmerzen bei Arthrose.

19 Hz.

- Linderung von Schmerzen bei Rheumatoider Arthritis.
- Unterstützung der Entspannung und des Wohlbefindens.
- Anwendung bei Osteoporose.

20 Hz.

- Verbesserung der Knochenheilung.
- Muskelkraft und Funktion wird optimiert.
- Reduktion von Schmerzen bei Osteoarthritis und Rückenschmerzen.
- Stimulation der Zirbeldrüse.
- Nebenhöhleninfekt, Schnupfen, Kopfschmerzen.
- Überwindung von Müdigkeit.
- Energetisierung des Körpers.

21 Hz.

- Minimiert Schmerzen bei Arthritis.
- Verbesserung der mentalen Klarheit und Konzentration.

22 Hz.

- Linderung von Schmerzen bei Fibromyalgie.
- Unterstützt die Wundheilung.
- Regeneration von Haut und Gewebe.
- Fördert die Durchblutung und den Stoffwechsel.

23 Hz.

- Unterstützung und Regeneration von Knochen und Weichgewebe.
- Entspannung und Stressreduktion.

24 Hz.

- Verbesserung der mentalen Klarheit und Entspannung.
- Unterstützt die Schmerzbewältigung bei Fibromyalgie.

25 Hz.

- Verbesserung der Hautgesundheit.
- Stärkt das Selbstvertrauen.

Frequenzen von 16 – 25 Hertz regen die Selbstheilung im Körper an z. B. bei Verbrennungen und Knochenbrüchen. Außerdem sind sie bei körperlichen Erkrankungen indiziert und fördern die Entgiftung und die Selbstheilung. Darüber hinaus wirken diese Frequenzen stimulierend.

26 Hz.

- Linderung von Schmerzen bei Arthritis.
- Stressreduktion und Entspannung.



27 Hz.

- Bessere Wundheilung.
- Regeneration von Haut und Gewebe.

28 Hz.

- Linderung von Schmerzen und Entzündungen.
- Regeneration von Knochen und Weichgewebe.

29 Hz.

- Entspannung und Wohlbefinden.
- Linderung von Schmerzen bei Fibromyalgie.
- Mentale Klarheit.

30 – 50 Hz Gamma-Wellen

Die Gamma-Wellen-Frequenz liegt im Bereich von ca. 30 bis 100 Hz, also zwischen dem Beta- und dem Hochfrequenzbereich. Gamma-Wellen werden mit kognitiven Funktionen wie Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Lernen und Bewusstsein in Verbindung gebracht. Sie wurden auch mit der Synchronisation neuronaler Aktivität im Gehirn während des Denkens und der Wahrnehmung in Verbindung gebracht.

30 Hz.

- Verbesserung der Kollagenproduktion.
- Stimulation der Zellregeneration.
- Reduktion von Schmerzen bei Rheumatoider Arthritis.
- Reduziert Ödeme (Wassereinlagerung im Gewebe)