

Co je to AVS technologie?

Úvod

Miliony lidí po celém vyspělém světě dnes používají audiovizuální stimulační přístroje. Proč? Je to jednoduché: AVS technologie je prostě úžasná! Vyjádřil jsem se dost emotivně, ale je to namístě: stejně tak se totiž vyjadřuje velké množství uživatelů. Podle celosvětových i českých statistik je drtivá většina uživatelů s účinky (kvalitních) AVS přístrojů spokojena a pokládají je po své osobní zkušenosti za nenahraditelný nástroj osobní kondice a duševní hygieny.

AVS technologie je metoda nenávyková a bez jakýchkoliv vedlejších účinků. Působí velmi komplexně a příznivě ovlivňuje organismus jako celek, protože působí přímo na vyšší nervová centra. Proto dokáže ovlivnit skutečné příčiny mnoha zdravotních potíží. Například u poruch spánku zlepšuje postupně AVS přístroj spánkový cyklus a nevyvolává (podobně jako léky) „efekt utlumení“ - po kterém sice člověk usne, ale v žádném případě ne kvalitnějším spánkem, což se projevuje tak typickou ranní malátností a únavou.

Vysoká účinnost AVS přístrojů v kategoriích relaxace, zlepšení kvality spánku, rychlé odstranění únavy a stresu, špatných nálad nebo zvýšení koncentrace nemá konkurenci. AVS technologie je současně velmi levná. Při průměrném používání, toho nejdražšího modelu, po dobu cca 3 let, vás jedno použití vyjde na pouhých 10-30 Kč. Používání AVS přístroje je velmi jednoduché a příjemné.

Z uvedených důvodů není divu, že prodej AVS přístrojů, jehož začátek se datuje od roku 1986, roste všude na světě. Příznačný je názor některých odborníků, že AVS přístroj se zanedlouho stane stejně běžnou součástí domácnosti jako jsou dnes lednička či televize. Těším se na to a vy můžete všechny výhody užívat už dnes.

■ Jan Valuch



Jan Valuch je světově uznávanou osobností v oboru AVS technologie. Mimo jiné je autorem několika odborných zdravotních projektů, spoluzakladatelem společnosti Galaxy, prezidentem WAAT (World Association for AVS technology) a odborným garantem AVS technologie pro ČR a SR.

AVS = audiovizuální stimulace

Princip AVS technologie

Jak a kdy

AVS technologie vznikla

Vědci zjistili, že šimpanzi chodí kilometry daleko jen proto, aby spatřili záblesky slunce na vodní hladině. Proč? Přijímáním takových světelných podnětů - o určitém kmitočtu (frekvenci) - si totiž udržují psychosomatickou rovnováhu. Výzkumy potvrdily, že tento princip, ladění mozku, myslí pomocí rytmického světla a zvuku, obnovuje u všech savců včetně člověka psychosomatickou rovnováhu a je nezbytným předpokladem udržení zdraví.

Rytmický zvuk a světlo používali v minulých tisíciletích bez výhrady všechny světové kultury, a to již dosti cíleně - pro nabuzení euforie u davu lidí, podpoření meditace, navození jiných stavů vědomí až po stimulaci spánku. Tyto techniky, například hra na buben, různé šamanské rituály, upřené pozorování plamene ohně, jsou součástí „lidského“ vědomí. Věda ve dvacátém století zjistila, proč fungují. Působení AVS přístroje je ve své podstatě přirozené - má kořeny v našem psychosomatickém ustrojení i v tisícileté lidské zkušenosti.

Rytmické světlo a zvuk, tedy dnešní moderní AVS přístroj, dokáže změnit tzv. frekvenci mozkových vln. Jednoduše tak, že frekvence mozku se na frekvenci, kterou mu nabídne přístroj, naladí (tzv. „efekt napodobení frekvence“).

Frekvence mozku se mění sama každou chvíli podle toho, v jakém se člověk nachází duševním a tělesným rozpoložením. Stejně tak se mění podle toho, jak ji ovlivňují faktory moderní civilizace, v mnohém negativní. Tyto faktory optimálního fungování mozku v udržování psychosomatické rovnováhy narušují. Princip psychowalkmanu spočívá ve schopnosti vyladit narušený průběh frekvence mozku do správné úrovně a také změnou frekvence mozku dosáhnout změny duševního a tělesného naladění.

Činnost mozku

Mozek je vlastně malá bioelektrárna. Veškerá jeho činnost probíhá na základě drobných elektrických výbojů. Součet všech těchto elektrických výbojů určuje celkovou elektrickou aktivitu. Tato aktivita, resp. rychlost elektrických výbojů, je různá. Pomocí přístroje zvaného elektroencefalograf (EEG) můžeme rychlost elektrických signálů změřit podobně jako aktivitu srdce měříme EKG přístrojem. Rychlost elektrické aktivity mozku, která se nazývá frekvence (udává se hertzích za vteřinu - značka „Hz“), se dělí pro zjednodušení do čtyř skupin, tzv. hladin vědomí.

Jednotlivé hladiny vědomí mají tedy různou frekvenci a každá hladina vědomí je charakteristická jiným duševním i fyzickým stavem. Stručně se dá říci, že pomalejší kmitání mozkových vln znamená pro mysl i tělo uvolnění, odpočinek až spánek a rychlejší znamená energii, výkon a napětí.

Tabulka hladin vědomí

hladina vědomí	frekvence (v Hz)	stav těla a mysli
delta	0,5-3	spánek
theta	4-7	hluboké uvolnění
alfa	8-12	uvolnění, pocit blaha a vyrovnané mysli
beta	13 a víc	vědomá aktivita, soustředění na vnější svět, stav při pohybu, nad 20 Hz vzrušení, stres, úzkost, napětí

AVS přístroj dokáže pomocí světla a zvuků velmi cíleně navodit požadovanou hladinu vědomí a co víc, i zcela specifickou frekvenci. To je důležité, protože teprve při určité frekvenci se mozek a tělo chová příslušným způsobem. Například frekvence 7-8 Hz zmírňuje bolest, při frekvenci 1-2 Hz se uvolňuje hormon melatonin, zajišťující spánek. Dále uvádím stručný popis jednotlivých hladin vědomí.

Hladina beta (14-30, i více Hz)

Beta vlny jsou vždy produkovány ve stavu bdělosti a plného vědomí. Hladina beta se vyznačuje vědomým stavem mysli a soustředěním na okolí. Také se aktivuje vždy, když je v činnosti pohybový aparát. Při vysokých hodnotách znamená energii. Při vysokých hodnotách (nad 20-25 Hz) představuje napětí, stres, úzkost, eventuálně trému.

Hladina alfa (8-13 Hz)

Tyto vlny jsou většinou vysílány v průběhu soustředěného odpočinku (nejlépe při zavřených očích), při běžné či hluboké relaxaci, uvolnění. Hladina alfa je od počátku lidstva žádoucím cílem většiny všeobecně známých relaxačních a ozdravných technik. Schopnost člověka navodit (kdykoliv) přítomnost

žádoucích alfa vln může v tradičních meditačních technikách znamenat několik let intenzivního tréninku.

Je prokázáno, že mnohé význačné osobnosti v historii lidstva, např. génius Albert Einstein, se po nezanedbatelnou dobu nacházeli ve stavu alfa, ve kterém je mimo jiné mnohem snadnější nacházet jakékoliv řešení problémů, tvořivě myslet a uchovávat si velmi vysokou psychickou i fyzickou kondici. V hladině alfa se prudce zvyšuje produkce hormonů, které dávají organismu a mysli stav blaha, uvolnění, vnitřního klidu. V hladině alfa se spouští většina samoozdravných funkcí organismu a některé teorie uvádí, že v hladině alfa nelze prakticky onemocnět.

Rozhraní hladin alfa a theta - 7,83 Hz

Rozhraní hladin alfa a theta, tedy frekvence mezi 7-8 Hz (konkrétně 7,83 Hz), se nazývá „Schumannova rezonance“ (či „Stav pěti meditací“). Na této frekvenci 7,83 Hz pulsuje i geomagnetické jádro Země a je základním rytmem veškeré přírody a života na Zemi. Právě v tomto stavu myslí jsme například schopni s neobyčejnou lehkostí porozumět všemu, co nám za plného vědomí není úplně jasné.

Hladina theta (4-7 Hz)

Theta je bytostně spjata se stavy hypnózy, hlubokou relaxací a sněním. Vybavujeme si v ní mnohem lépe vzpomínky, především ty, které se udály v dávné minulosti. Paměť se otevírá dokořán a pracuje zvýšeným tempem. Snění ve stavu theta (často označované jako „denní“ snění) značně podporuje představivost a tvořivost, umožňuje spojovat si vize do ucelené podoby a v neposlední řadě napomáhá řešení složitých problémů, které se nám v plně bdělém stavu zdají prakticky neřešitelné. Je to zkrátka tajemný a nepolapitelný stav vědomí. Ve stavu theta, vzhledem k tomu, že je v nejtěšnějším vztahu k podvědomí, je možné účinně provádět změnu vzorců chování, tedy hluboko v nás zapuštěných mechanismů, které výrazně podvědomě ovlivňují náš život. Navození hladiny theta znamená přímý vstup k podvědomé složce osobnosti.

Hladina delta - 0,5-3 Hz

Hladinu delta zažíváme výhradně ve spánku.

AVS přístroj navozuje hladiny vědomí

Dlouhodobý výzkum prokázal, že mozek musí mít možnost navozovat jednotlivé stavy vědomí podle potřeby organismu. Tím udržuje zdravotní kondici celého organismu a každý člověk to v dětských letech ještě umí. Každé dítě pokyny mozku a potřeby těla přirozeně respektuje: když dá mozek pokyn ke spánku, tak usne, zasní se během dne (hladina alfa) apod. Dospělý člověk má při dnešním životním stylu v udržování této psychosomatické rovnováhy mnoho překážek a nedaří se mu to. Znamená to, že není schopen vyhovět daným pravidlům přírody, tedy například vysílat po mnohem delší čas mozkové vlny alfa. Tento fakt je prapříčinou zhoršování zdravotní kondice moderní civilizace v mnoha směrech: únava, stres, nesoustředěnost, většina psychických poruch jako jsou deprese, závislosti a další a z nich odvozené „fyzické“ potíže, například vyšší krevní tlak, onemocnění cév a srdce vůbec, cukrovka a mnoho dalších. Dále vede nedostatek hladiny alfa a porušení rovnováhy ve střídání hladin vědomí ke zhoršování duševní vyrovnanosti, předčasnému stárnutí a ztrátě pozitivní orientace na svět a na život.

Naštěstí existují metody, jak vracet lidskou mysl a organismus k prapůvodní přirozenosti a rovnováze a jednou z těch účinných a bezpečných je AVS technologie. Využívejte jí naplno! Vrábí vás v tomto smyslu doslova do dětských let nezatížených starostmi a napětím, s úžasnou schopností zdravého mozku pružně a hravě vnímat svět, snadno se učit a „zůstat v pohodě“.

Záruka účinnosti

Dodržte následující pokyny a dostaví se proklamované účinky a budete s přístrojem spokojeni. Při dodržení těchto pokynů je účinnost garantovaná a AVS přístroj vám poskytne trvalé zvýšení Vašeho fitness-standartu.

Postup pro úplné začátečníky

Dodržení tohoto postupu je nutné a zcela zásadní pro účinnost a další používání. První týden (5 dní) absolvujte sezení každý den, nebo alespoň téměř každý den.

První den

Zvolte jakýkoliv relaxační program s délkou minimálně 20 minut.

Druhý den

Opět použijte stejný relaxační program. Potom můžete vyzkoušet jiný druh program, např. učební, a to v délce maximálně 20 minut. Sledujte rytmus dýchání, soustřeďte se na každý výdech a nádech. Představujte si, že je Vaše tělo odpočaté a více odolné proti každodenním problémům.

Třetí den

Opět začněte s relaxačním programem – tentokrát zkuste jiný a to v délce minimálně 30 min. Hned následně vyzkoušejte některý z kratších programů na dodání energie. Pronikáte do tajů nového druhu relaxace, cítíte se lépe, máte více energie.

Čtvrtý den

Při pravidelném používání se pro Vás tento způsob používání stává rutinní a velmi příjemnou záležitostí. Cítíte se stále lépe. Pokračujte opět relaxačním sezením. Od čtvrtého dne můžete absolvovat i dvě denně. Při sezení přemýšlejte o cílech, kterých byste chtěli dosáhnout. Pro začátek stačí představa toho, jak se cítíte lépe. Pokud vám to i přes snahu nepůjde, nenuťte se! Klidně se jen nechte unášet působením a sněte, o čem chcete.

Pátý den

Vyberte si jakýkoliv program podle momentální nálady, v délce minimálně 20 minut. Zřetelně cítíte, o kolik se zlepšila během pouhých pěti dní vaše schopnost relaxace, nálada, uvolnění. Představte si, jak se všelepší po několika týdnech.

Další pokyny

Vnímání světelných záblesků otevřenýma očima není zraku škodlivé, ale není také pro většinu lidí nijak příjemné a především snižuje účinnost stimulace. Výjimku tvoří přístroje přímo umožňující používání s otevřenýma očima a používání speciálních stimulačních brýlí pro otevřené oči.

Optimální intenzita světelných záblesků hlasitosti zvuku jsou ty, které Vám v daném okamžiku navozují nejpříjemnější pocity: používání musí být příjemné. Ačkoliv nastavení světelných záblesků na nejvyšší jas přináší většinou také větší účinek, udržujte jas na nižší míře a teprve postupně ho zvyšujte.

Ze začátku, bez zkušeností, nepoužívejte více programů ihned za sebou. Účinky by mohly být protichůdné a nedosáhli byste čekaného efektu.

Pokud jste AVS přístroj nepoužili nejméně 7-14 dní, začnete při opětovném používání relaxačním programem.

Vždy absolvujte celý program, protože účinek přichází postupně a naplno se může projevit až po absolvování celého programu. Absolvování jen části sezení vám nemusí poskytnout očekávaný účinek.

Sezení kratší než 15 minut a méně častá než třikrát týdně nemusí přinést očekávaný nebo dokonce vůbec žádný účinek. Zjevné užívání nad doporučenou dobu, tj. zhruba více než 2 hodiny denně, naopak nemůže způsobit žádnou újmu na duševním či tělesném zdraví. Při používání nad 2 hodiny denně může AVS dočasně vyvolat útlum duševních pochodů a mírnou ospalost.

Doporučení a tipy

Pravidelnost užívání přístroje je významnější faktor než délka sezení.

Při stimulaci nedělejte nic: své pocity, myšlenky a barvy, které vidíte, nechte volně plynout myslí.

Ideální pozice pro používání je něco mezi sedem a lehem.

Pokud máte zkušenosti sdýcháním (ovládáním dechu), nebojte se je použít. Umocníte tím účinek stimulace.

Každý z nás je neopakovatelná individualita a proto působí jednotlivé programy na každého trochu jinak. Záleží také na momentálním rozpoložení a náladě. Názvy a popisy programů jsou orientační (a nemůže to být jinak) a teprve vyzkoušením programu si uděláte přesnou a především vlastní zkušenost.

Žádný program Vám nebude vyhovovat trvale, protože po nějakém čase účinnost jednoho používaného programu klesne (mozek si na něj „zvykne“). Pokud takový program na nějakou dobu vyměníte za jiný, můžete se k němu časem opět vrátit a jeho účinnost se obnoví. Subjektivní zážitek z jednoho a toho samého programu může být pokaždé jiný.

Vyhňte se sezení jednu hodinu po jídle, kdy je mozek méně prokrven. Pokud tak neučiníte, nic neriskujete – naopak: AVS přístrojem můžete odbourat „klasicou“ ospalost po jídle. Ovšem účinnost sezení po jídle nebývá nikdy velká.

Protože v průběhu většiny programů dochází k mírnému omezení prokrvení končetin, nepraktikujte sezení v chladném prostředí a v nedostatečném oblečení.

Pokud se Vám během relaxačního sezení nenavodí pocit uvolněné mysli, soustřeďte se vědomě na sledování světelných obrazců a snažte se v nich hledat reálné věci.

Před spuštěním uvolňujícího programu (relaxace, spánek, somatické apod.) nedoporučujeme požití stimulanty (alkohol, káva, čaj, energetický nápoj), protože budou blokovat účinek.

Vyladte si intenzitu světla a zvuku hned na začátku – před sezením nebo hned po jeho spuštění, aby vás průběžné ladění během programu nerozptylovalo.

Možné potíže

Při programu usnete

Příčina je zřejmá: měli jste tzv. spánkový dluh. AVS přístroj bez ohledu na druh programu vždy optimalizuje funkce mozku a tělesných biorytmů. A proto dá v případě, že rezervy jsou vyčerpané, automaticky povel kodpočinku – spánku. Takové usnutí je velmi prospěšné a zdravé.

Při sezení začne bolet hlava

Většinou způsobuje bolest hlavy nerovnoměrné prokrvení hlavy - mozku. Není to samotná příčina, je to důsledek jiných jevů (např. strava, únavová zátěž, zatumnutí krčních a zádových svalů, nedostatek tekutin, stimulanty aj.). Nicméně nerovnoměrné, nesprávné prokrvení způsobí bolest hlavy. Nezbytným (a pozitivním) důsledkem AVS stimulace je zvýšení průtoku krve mozkem. Proto může někdy AVS přístroj bolest hlavy zmírnit (nebo i odstranit), ale někdy také naopak: bolest hlavy, která je „na spadnutí“, urychlí.

Týká se to většinou pouze osob, které mají s bolestmi hlavy pravidelné potíže. Při opakovaném používání AVS přístroje se prokrvení mozku zlepšuje a tím se snižuje riziko bolesti hlavy a často se také snižuje bolest samotná i její četnost.

Nepříjemné pocity

Určitou část prvouživatelů však mohou provázet nepříjemné pocity. Ty mohou mít mnoho příčin. Většinou „objektivních“ příčin se lze preventivně vyhnout, někdy však existují příčiny, které neznáme. Psychofyzilogické momentální naladění člověka je příliš složité na to, abychom o něm všechno věděli. Je to stejné, jako když se někdy cítíte bez zjevného důvodu „špatně“. Tyto nepříjemné pocity našťastí nic závažného neznamenaají a sami odezní. Doporučení pro tyto případy zní: stimulaci ukončit a přístroj použít až další den. Objektivní vlivy, kterých se lze vyvarovat: příliš vysoká intenzita světelných záblesků, světelná stimulace s vynecháním zvukové stimulace, nevhodné prostředí (hluk, psychické neútluno v místnosti).

Gratulace

Gratulujeme: pořídili jste si velmi kvalitní psychowalkman střední třídy. Přestože používá jen jednobarevnou světelnou stimulaci, zaujme výraznými světelnými efekty, které zajišťují tzv. vtažení mozkových vln a také pestrými programy a několika druhy zvuku. Na výrobě Neo se podílí společnost Galaxy a druhý nejstarší výrobce AVS technologie na světě. Kvalitu Neo potvrzuje fakt, že jeho výroba probíhá v USA, a nikoli v levnějších asijských státech, jak je to dnes běžné u většiny elektroniky.

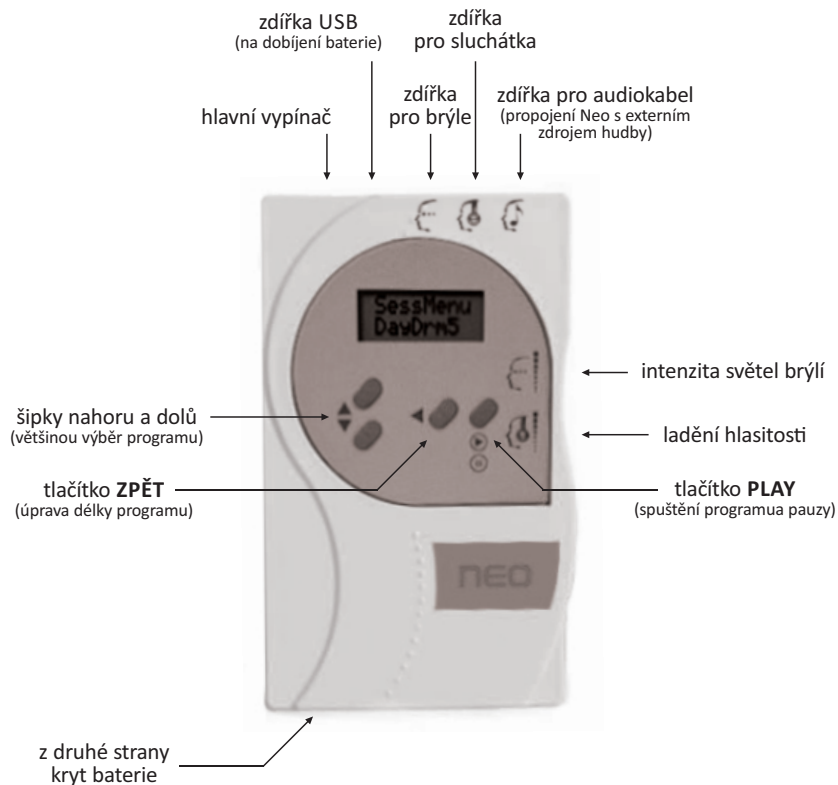
Seznam funkcí a možností

- 45 (standardních) programů
- 5 experimentálních programů
- 10 DayDream programů
- 7 druhů zvuku
- Režim Rainbow
- Režim Audiostrobe
- možnost zkrácení či prodloužení délky programu
- velmi kvalitní originální sluchátka

Obsah balení

- ovládací jednotka
- stimulační brýle
- stereosluchátka
- propojovací kabel k (externímu) audio přehrávači
- dobíjecí adaptér
- kartonová krabice (obal)
- návod k použití a knihovny programů včetně jejich grafického zobrazení (originál Galaxy)

Popis ovládací jednotky



Začínáme s prvním sezením

- 1) Zapněte přístroj hlavním vypínačem na horní straně přístroje.
- 2) Připojte brýle a sluchátka do příslušných zdírek na horní straně přístroje.
- 3) Na displeji svítí nápis v horním řádku: SessMenu a v dolním řádku kategorie a název programu, například Spec7. Šipkami dolů a nahoru si vyberte příslušný program podle programové knihovny.
- 4) Stiskněte tlačítko PLAY. Program začne běžet po deseti sekundách odpočítávání, mezitím si máte čas nasadit brýle a sluchátka.
- 5) Hned po zahájení programu si nastavte intenzitu brýlí i hlasitost sluchátek na úroveň, která je vám příjemná.
- 6) Zavřete oči a nechte stimulaci volně působit. Program po uplynutí své dané délky automaticky skončí, což poznáte. Pokud chcete program ukončit dříve, tak stiskněte tlačítko **PLAY** na 2 vteřiny.
- 7) Přístroj vypnete opět hlavním vypínačem na horní straně přístroje.

Další funkce a možnosti

Úprava délky programu

U jakéhokoliv programu si můžete změnit jeho délku. Kvůli zachování účinnosti programu lze ale délku změnit jen v určitých krocích, a sice od jedné poloviny programu až po dvojnásobek, a to v určitých krocích. Tyto informace nemusíte znát, při úpravě délky bude přístroj sám vybírat (nabízet) možné alternativy zkrácení či prodloužení programu. Pokud chcete délku programu změnit, stiskněte po zapnutí **PLAY**, během desetivteřinového odpočítávání, tlačítko **ZPĚT**.

Na displeji se zobrazí délka programu (většinou v sekundách) a šipkami dolů a nahoru si navolíte potřebný čas. Poté stiskněte **PLAY**. Dokončí se odpočítávání a program začne ve vámi zvolené délce.

Příposlech hudby

Jestliže chcete příposlouchávat hudbu, zasuňte jeden konec propojovacího kabelu, který je dodáván spolu s přístrojem, do zdířky na horní straně Neo (hlava s notou). Druhý konec zasuňte do svého přehrávače CD, mobilního telefonu apod. – nejčastěji do výstupu pro sluchátka. Potom zapněte Váš přehrávač i přístroj Neo.

Hudbu i zvuky přístroje uslyšíte najednou v jedné sluchátkách. Tento způsob – oživení hudbou – je u uživatelů velmi oblíbený. Zvukově obohacuje zvukovou stimulaci přístroje a tím přispívá ke zlepšení emocionálního zážitku a k mírnému zvýšení účinku.

Výběr hudby je osobní záležitost, není jeden druh lepší než jiný. Můžete také samozřejmě poslouchat i mluvené slovo: pohádky, meditační nahrávky či nahrávky cizího jazyka.

Pauza

Právě běžící program můžete stiskem tlačítka **PLAY** pozastavit. Je to vhodné pro případ, že nutně potřebujete program pozastavit a něco si vyřídit. (Pro dobrý účinek stimulace se přerušování programu nedoporučuje.) Pauzu signalizuje displej nápisem **PAUSED**. Opětovné pokračování programu uděláte stiskem tlačítka **PLAY**.

Režim Audiostrobe

Na displeji je značeno jako AudStrob

Režim Audiostrobe slouží pro poslech speciálního CD opatřeného touto stopou. Tato stopa synchronizuje světla AVS přístroje s hudbou, vlastně jen „tlumočí“ hudbu do řeči světel. CD Audiostrobe, nejčastěji s relaxační hudbou, jsou k dostání většinou pouze v zahraničí. Postup použití najdete výše v odstavci „Příposlech hudby“.

Režim Rainbow

Funkce RainbowSound slouží víceméně jen pro zábavu a princip je stejný jako u režimu Audiostrobe, nepotřebujete k němu ale speciální CD, systém reaguje na jakoukoliv hudbu. Postup pro zvolení je stejný jako u režimu Audiostrobe: na displeji zvolte režim Rainbow, propojte přístroj Neo audiokabelem s externím zdrojem hudby (z CD, mobilu apod.) a zapněte Neo, poté zdroj hudby. Přístroj Neo trvá vteřiny až desítky vteřin, než hudbu načte. Přístroj reaguje na silné prvky v hudbě (nejčastěji basy), takže u některé jemnější hudby nebude reagovat, nefunguje. Rozdíly mezi jednotlivými režimy jsou velmi malé, někdy téměř nepoznatelné (záleží na druhu hudby).

RainbowSound Play

Na displeji je označen jako RainbowP

V tomto režimu reagují světelné brýle na externí zvuk, ale s mírným zpožděním v závislosti na tom, jak výrazně rytmickou hudbu jste zvolili. Stimulační frekvence se generují vzdáleně podle druhu hudby.

RainbowSound Brigit

Na displeji je označen jako RainbowB

V tomto režimu běží program spolu s externím hudebním doprovodem. Jas světla je závislý na externí nahrávce hudby, což programu přidává na příjemnosti.

RainbowSound Solo

Na displeji je označen jako RainbowS

V tomto režimu běží program s nastavenými světelnými frekvencemi, ale bez zvukových frekvencí. V tomto nastavení je jasnost světla ovládána zvuky z příposlechu. Umožňuje zábavný světelný efekt s přidaným potěšením z nahrávek, které si uživatel sám zvolí.

Nastavení některých funkcí

- většinou není nutné nastavovat

Stiskem tlačítka **ZPĚT** (v jakémkoliv režimu kromě odpočítávání programu) se dostanete do nastavení některých funkcí: na displeji se objeví v horním řádku **MainMenu**.

Zde v MainMenu jsou tři možnosti – mezi nimi přepínáte šipkami dolů / nahoru:

Main Menu (horní řádek) / Sel Sess (dolní řádek) – základní poloha, zde si pouze tlačítkem **PLAY** spustíte vybraný program (není třeba volit, program se snadněji vybírá z jiné pozice).

Main Menu / Download = slouží jen programátorům.

Main Menu / Options = zde si můžete změnit některé základní parametry přístroje:

OPTIONS

Na displeji máte **MainMenu / Options**. Tlačítkem **PLAY** se dostanete k funkcím **Options**: na displeji bude svítit **Opt Menu** / a jedna z příslušných funkcí, u které můžete měnit parametry. Na displeji bude svítit vždy v horní řádce **Opt Menu** a v dolní řádce příslušná funkce (nebo měněné parametry). Jednotlivé funkce vybíráte **šipkami nahoru / dolů**.

Opt Menu / Disp Int = intenzita displeje.

Stiskněte **PLAY** a vstoupili jste do nastavování této funkce. Nyní si šipkami dolů a nahoru navolíte intenzitu displeje, od 1 do 10. Tlačítkem **ZPĚT** se vrátíte zpět.

*Stejným způsobem se pohybujete v dalších funkcích: tlačítkem **PLAY** se dostanete k nastavení určité funkce, šipkami nahoru a dolů měníte parametry dané funkce a tlačítkem **ZPĚT** se vracíte.*

Opt Menu / FreqPrec = zobrazování přesnosti frekvence. Opět tlačítkem **PLAY** vstoupíte do této funkce a šipkami dolů a nahoru zvolíte buď 0.1 nebo 0.01. Opět se vrátíte tlačítkem **ZPĚT**.

Opt Menu / Version = programátorský údaj o verzi přístroje.

Opt Menu / BattVolt = programátorský údaj o voltáži baterie.

Opt Menu / LightBal = stranové vyvážení světelné stimulace – neměnit!

Opt Menu / SoundBal = stranové vyvážení zvukové stimulace – neměnit!

Vypnutí přístroje

– šetření baterií

Po 5 minutách nečinnosti se přístroj sám vypne.

Co vidíte na displeji

Při zapnutí programu tlačítkem **PLAY** běží 10 vteřin odpočítávání, značené v horní řádce **CntDn**. Poté se objeví nápis **SessPlay** značící, že program běží. V dolní řádce je název programu. Tlačítkem **ZPĚT** zjistíte, kolik času zbývá do konce programu – je to pouze orientační, údaj se mění po desítkách vteřin. Další stisk **ZPĚT** ukáže právě probíhající frekvenci na levém kanále (L), a další stisk probíhající frekvenci na pravém kanále (P). Dalším stiskem se vrátíte k základnímu označení. Označení frekvencí je také pouze orientační.

Seznam programů

45 (standardních) programů

Název kategorie	označení na displeji	počet programů
Kreativita	Create	1
Energie	Enggz	7
Zábava	Fun	2
Učení	Learn	6
Medicína	Med	9
Relaxace	Relax	6
Spánek	Sleep	4
Speciální	Spec	10

Vedlejší programy

Improvizační programy

Vyberete si příslušnou hladinu vědomí (viz Princip AVS technologie v úvodu návodu). Přístroj pak v pásmu této hladiny spustí program, ale pokaždé jiný. Při každém zapnutí vygeneruje jinou křivku frekvencí. Tento režim slouží k experimentování a má pět programů v daných hladinách. Všechny programy trvají 30 minut.

Označení na displeji	hladina vědomí	možnost využití
Thetalmp	kreativita	programování podvědomí
Alphalmp	alfa	relaxace
SMR_Imp	SMR rytmy	koncentrace
Beta_Imp	beta	energie
Gammalmp	gamma	extra energie, vyšší duchovno

Poznámky: hladina gamma (nad 40 Hz) se někdy neoznačuje zvlášť, ale jako součást hladiny beta. SMR rytmy probíhají v pásmu 13-16 Hz.

DayDream programy

Deset těchto krátkých programů (trvají 5 minut) slouží k rychlému přeladění během dne. Působí podobně jako vydatné relaxační/energizační programy. Jsou vhodné a účinné pro uživatele, který pravidelně používá standardní, zejména relaxační programy.

Vysvětlivky

k popisu programů

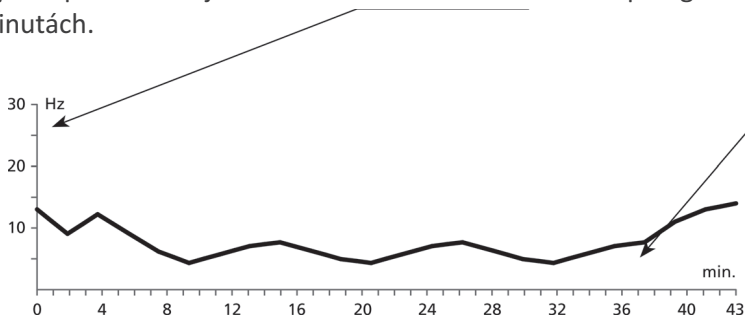
Program má vždy označení podle jakého jej najdete na displeji: například Create1, což znamená, že je to program kategorie Kreativita, číslo 1 (první program).

Dále má svůj český název, například „Přívál tvořivosti“

A dále je vyznačen čas programu v minutách: 33 minut

ke grafům

Levý sloupec zobrazuje stimulační frekvenci v Hz a řádka pod grafem značí čas programu v minutách.



Autorem programů jsou Jan Valuch, Galaxy a Ray Wolfe, výrobce.

Neo obsahuje 7 různých druhů stimulačních zvuků: pulzní (izochronní) tóny, pulzující akord, binaurální tóny, binaurální tóny se vlnami, duální binaurální tóny, duální monourální tóny, šum.

Na displeji se vždy zobrazí kategorie programu + číslo programu (v dané kategorii), například „Relax5“.

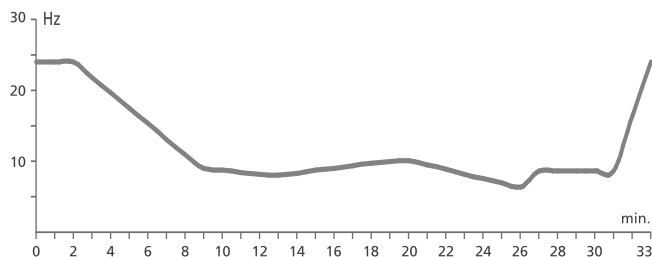
Časy programů jsou zaokrouhleny na minuty.

Create1

Přívál tvořivosti

Nemůžete přijít na řešení problému? Nic Vás nenapadá? Máte „prázdnou“ hlavu? Použijte program, který propojí Vaše vědomí s tvořivým povědomím a bude stimulovat nové nápady a cesty k řešení problémů.

33 minut

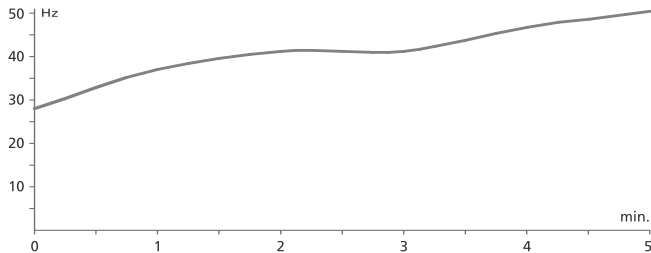


Enrgz1

Tsunami

Vynesete vás na vrchol energie. Předpokladem je, abyste nebyli před tím program přímo energeticky vyčerpaní. Můžete použít na osvěžení kdykoliv během dne nebo když ztratíte náladu.

5 minut

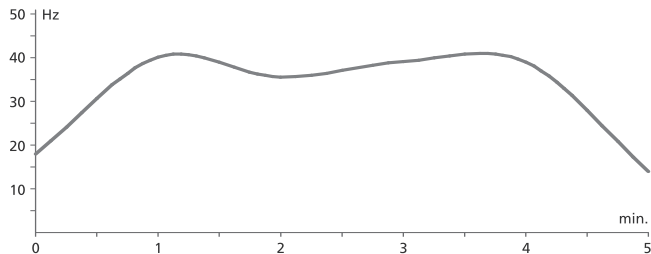


Enrgz2

Vysoké otáčky

Velmi podobný program jako Tsunami. Vyzkoušejte postupně oba dva.

5 minut

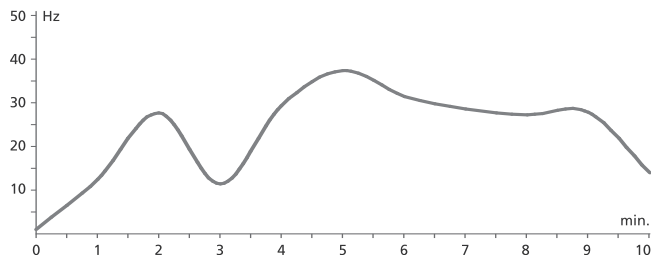


Enrgz3

V práci

Je vhodný na dodání energie kdykoliv během dne, zvláště v práci, pokud jste unavení odpoledne.

10 minut

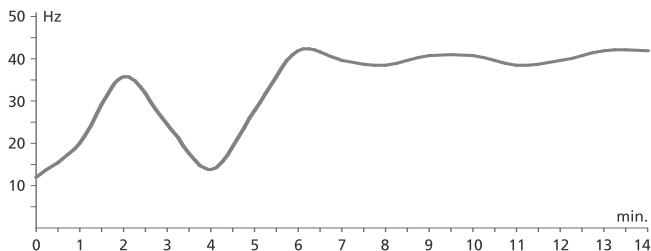


Enrgz4

Klidná síla

Během programu budete cítit, jak se postupně kumuluje vaše energie. Procitnete osvěžení a plní energie. Program koncentruje nevyužitě zdroje organismu do využitelných energetických sil.

14 minut

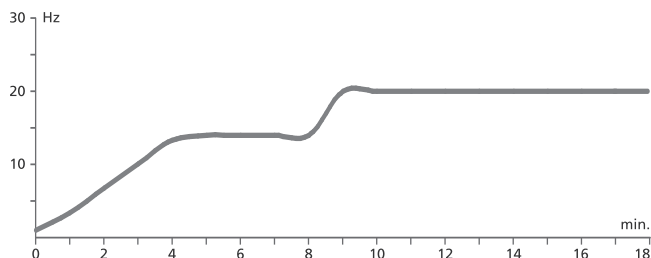


Enrgz5

Maraton

Jestliže chcete vydržet velkou fyzickou zátěž, použijte toto sezení těsně před výkonem. Hluboce uvolní svalstvo a nasetartuje fyzické síly. Po skončení byste měli cítit přívál energie. Pokud Vaše fyzická aktivita trvá několik hodin, můžete toto sezení použít ještě jednou nebo dvakrát během výkonu.

18 minut

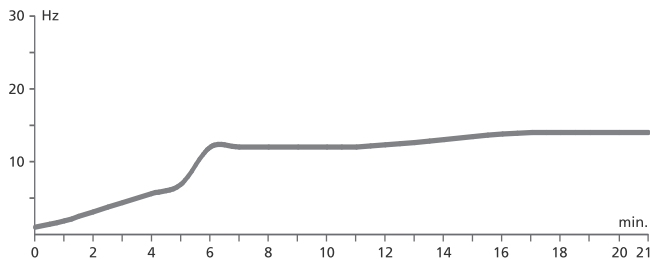


Enrgz6

Ranní káva

Ideální program, pokud se nemůžete stále probudit. Má o mnoho větší účinnost než šálek kávy nebo energy drinky. Někteří lidé se nemohou pořádně probudit ani během dne – toto sezení nakopne každého a kdykoliv.

21 minut

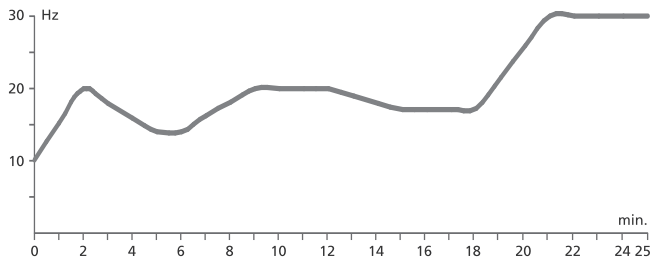


Enrgz7

Superbeta

Vysoké frekvence vám dodají nadšení, plnou bdělost a elán. Použijte jej ve chvíli, kdy jste momentálně skleslí nebo trochu unavení - „bez šťávy“.

25 minut

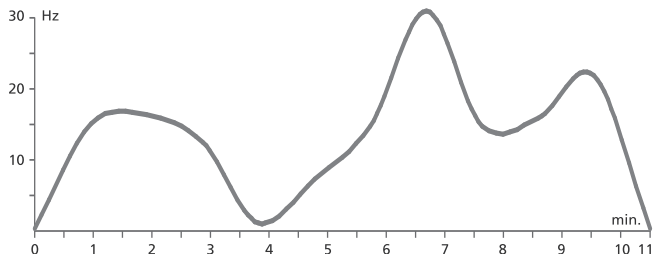


Fun1

Jupííí!

Použijte kdykoliv, když se budete nudit, prokrastinovat nebo když budete chtít přerušit tok současných myšlenek.

11 minut

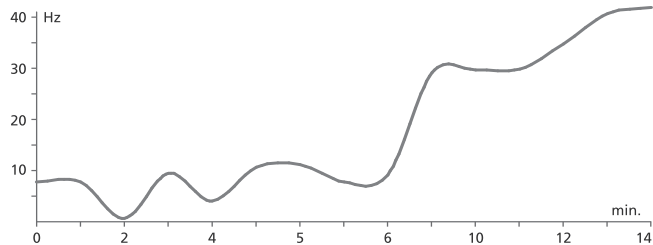


Fun2

Svist mysli

Podobný jako předchozí – zkuste oba, je to věc citu. Užijte si radostnou jízdu a vnímejte vzrušení.

13 minut

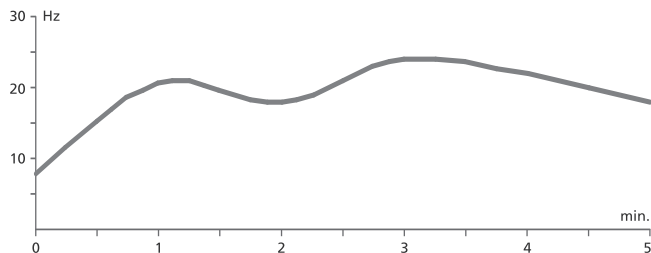


Learn1

Krátká příprava

Pokud nemáte moc času, ale chcete se vyladit na učení či na zkoušku, veřejnou prezentaci, použijte právě toto sezení. Také se hodí, pokud se učíte delší dobu – dělejte si po 30-40 minutách přestávky s tímto programem – udrží vaši koncentraci několik hodin.

5 minut

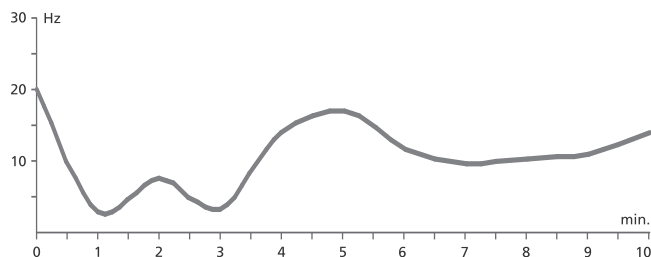


Learn2

Odpoutání

Program Vás připraví na učení: odpoutá vás od emočního napětí a stresu, od cyklických myšlenek, bloků stresu, stresové smyčky.

10 minut



Learn3

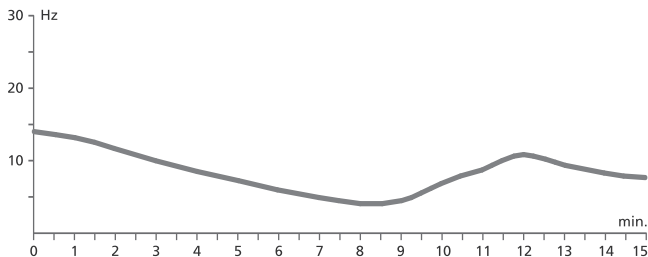
Superlearning

Program navodí klid a koncentraci a velmi vhodný je pro formu superlearningu – tedy učení formou příposlechu učiva.

Propojte audiokabelem přístroj s Vaším externím přehrávačem, kde máte učební nahrávky a spusťte přístroj i přehrávač.

Upozornění: tato forma příposlechu je velmi účinná u učení látky, kterou jste již vstřebali, učili se běžným způsobem nebo máte již v hlavě uloženo základní schéma tohoto učiva. Nejvhodnější je tedy pro opakování již učené látky (cizích slovíček, frází, podrobných informací). Pro učení zcela nové látky není tato forma příliš účinná.

15 minut

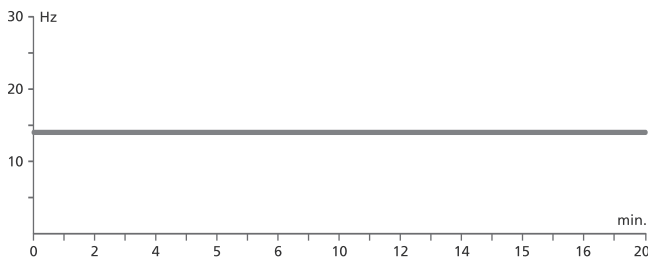


Learn4

Vrcholná koncentrace

Toto sezení připraví každého na perfektní koncentraci – na duševní práci nebo sport. Působí ve frekvenci 14 Hz, tedy v pásmu SMR, nejvhodnějším stavu pro koncentraci. Používá se před učením, silný účinek programu vydrží 1-2 hodiny.

20 minut

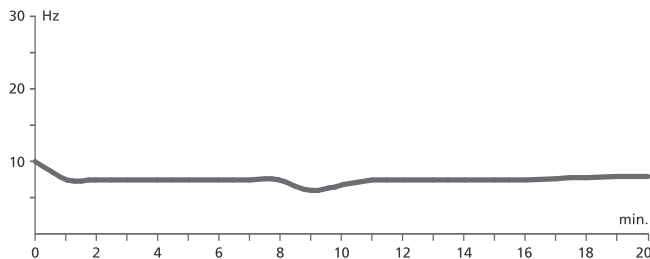


Learn5

Ukotvení učiva

Tento program slouží k ukotvení učiva – používejte ho hned poté, co se doučíte. Informace a smyslové vjemy, které mozek přijme, ještě uzrávají zhruba 24 hodin, nejvíce ve spánku. Tímto programem, který působí na hranici spánku, můžete proces dozrávání urychlit a zesílit.

20 minut

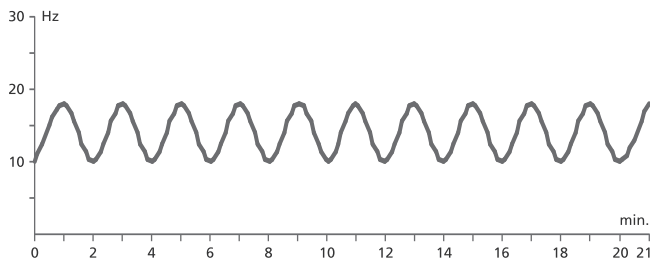


Learn6

Poruchy učení

Používá se pro poruchy pozornosti u dětí, zejména poruchy pozornosti spojené s hyperaktivitou (ADHD). Výsledky jsou ale i u jiných forem, protože jejich symptomy se často překrývají – ADD (poruchy pozornosti bez hyperaktivity) nebo SPU (speciální poruchy učení – dyslexie, dysgrafie). Pro dobrý účinek je vhodné používat program mini-málně obden.

21 minut



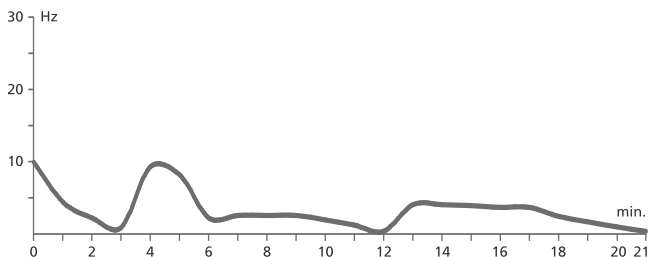
Med1

Vysoký tlak

Tento program zpomalí Váš srdeční puls na 60 úderů srdce za minutu. Tím snižuje vysoký krevní tlak, který vám po jediném sezení klesne o několik jednotek. Největší význam má pravidelné používání minimálně

4x týdně – můžete si tak natrvalo snížit vysoký krevní tlak. Program střídejte s jakýmkoliv relaxačními programy. Tento program můžete použít i jako akutní „první pomoc“ v případě, že dojde najednou ke zvýšení krevního tlaku, například při stresu a podobně.

21 minut



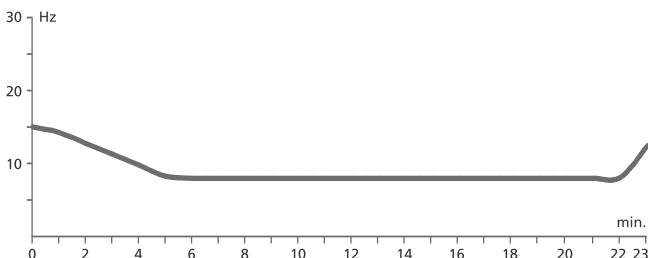
Med2

Na migrény

Největší smysl má preventivní. Společným jmenovatelem migrén, ať už je příčina jakákoliv, je nedostatečné prokrvení mozku. Audiovizuální stimulace zlepšuje prokrvení mozku téměř při každém programu, ovšem tento program je speciálně vyvinutý

pro zlepšení průtoku krve v hlavě. Program používejte preventivně ve dnech, kdy netrpíte migrénou a bude se zlepšovat vaše odolnost vůči bolestem hlavy. Akutně při migrenozním záchvatu jej můžete použít také, ale je to riskantnější varianta.

23 minut

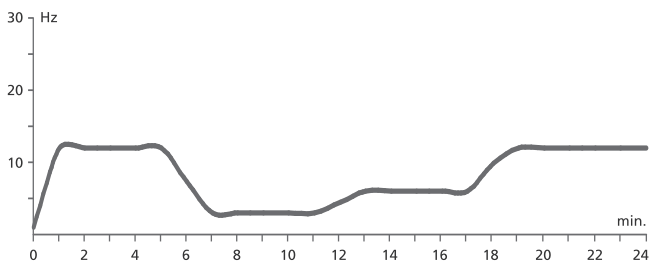


Med3

Tinnitus

Jednou z největších příčin tinnitu, tj. zvonění v uších, je stres. Tento program působí vícefázově: trénuje a optimalizuje všechny nervy, které souvisí se sluchem a dále eliminuje stres. Fyziologicky pískání v uších většinou nezmizí, ale uživatelé je přestávají vnímat, již je tolik neirituje.

24 minut

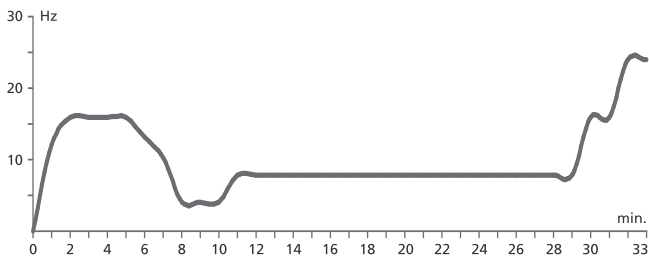


Med4

Lepší nálada

Pokud máte neradostnou, chmurnou náladu, použijte toto sezení. Také je vhodné jej používat v případě velkého smutku či psychické bolesti. Frekvence programu se pohybují střídavě v hladině alfa a theta a zvyšují produkci endorfinů a serotoninu.

33 minut

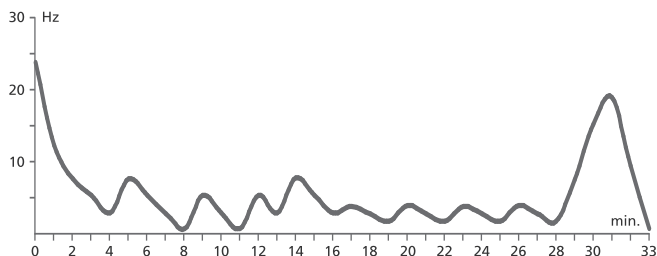


Med5

Bez bolesti

Program navozuje postupně několik různých frekvencí (pásem vědomí), ve kterých dochází k produkci endorfinů. Ty eliminují bolest přímo na úrovni nervových vzruchů. Program můžete použít pro zmírnění jakýchkoliv bolestí – zubů, svalů, zad, po úraze. Pro migrény je určen program „Na migrény“.

33 minut

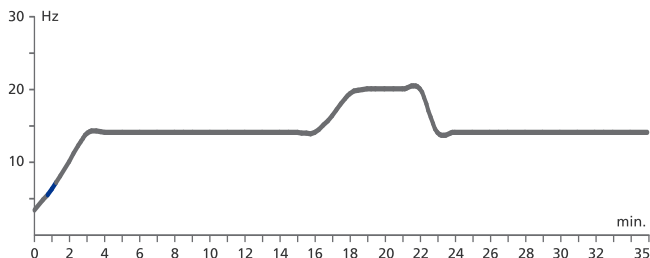


Med6

ADHD

ADHD, syndrom nepozornosti a z toho plynoucí špatné výsledky dítěte ve škole = toho se lze s AVS přístrojem zbavit velmi účinně! Program využívá speciální pásmo vědomí, tzv. senzomotorické rytmy (12-15 Hz), které právě dětem se syndromem

35 minut



ADHD chybí. V tomto stavu se zvyšují kognitivní schopnosti, kreativní myšlení a navozuje se optimální koncentrace. Současně program utlumuje hladinu vědomí theta, která je při ADHD nežádoucí. Program akutně zvyšuje momentální koncentraci, pracovní paměť a při pravidelném používání alespoň 2-3x týdně urychluje přirozené dozrání mozku a jeho schopnosti navozovat správné mozkové frekvence vhodné pro koncentraci a učení. Používejte jej pravidelně, první výsledky včetně zlepšení školních dovedností budou patrné již po několika použitích. Pro zpestření můžete dítěti pustit k tomuto programu příposlech – hudbu (relaxační nebo mírně svižnější) nebo pohádku.

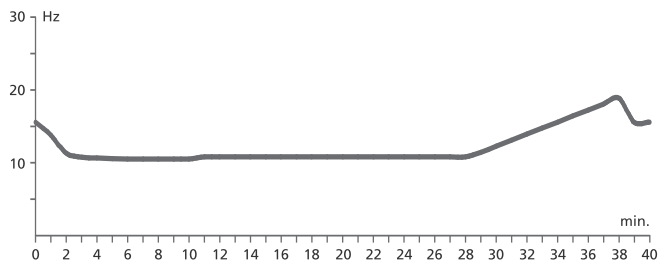
Med7

Podzimní dny

SAD (Seasonal Affective Disorder) - sezónní afektivní porucha, lidově sezónní deprese, je reakce na nedostatek slunečního svitu. Vzniká nejčastěji v měsících, kdy najednou ubyde sluneční světlo nebo u lidí, kteří pracují na směny a mají tak

biorytmy v nerovnováze. SAD se projevuje zhoršenou náladou, podrážděním, případně smutkem, chmurnou náladou a umocnit ji může stres. Program používá určité barvy a frekvence světla, které uvádí cirkadiánní rytmy (biorytmy) do rovnováhy. Tento program můžete používat i preventivně, například s příchodem „tmavších“ dní nebo pokud pracujete na směny.

40 minut



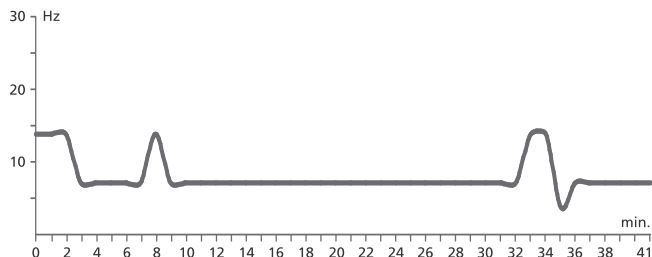
Med8

Imunita

V určitých stavech vědomí, zejména v hladinách alfa a theta, se aktivují imunitovorné hormonální látky. Používejte program pravidelně, nejméně 3x týdně, a velmi pravděpodobně se zbavíte běžných respiračních

onemocnění, pokud na ně trpíte. Dalším důsledkem zvýšení imunity může být zmírnění různých nemocí, zejména autoimunitních a infekčních a dále psychosomatických nemocí.

41 minut



Med9

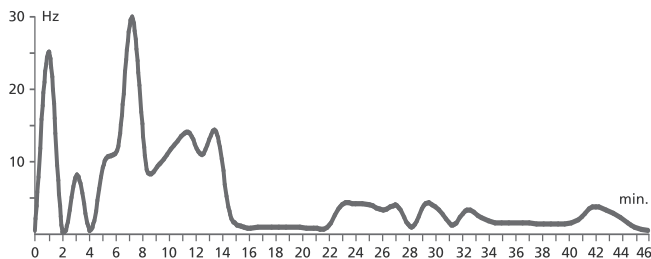
Proti depresi

Program Vás zbaví negativních myšlenek a výborně Vás zrelaxuje. Pokud budete mít tendenci při něm usnout, nebraňte se. Je určený pro zmírnění středních i těžkých depresevních stavů.

Kombinujte jej s programy na energii a s relaxačními programy

– mezi programy však nechte odstup několik hodin. Program je možné kombinovat s drtivou většinou běžně dostupných antidepresiv. Jakmile ucítíte po několika použitích účinky programu, můžete začít vysazovat léky.

46 minut



Relax1

Vyladění do relaxu

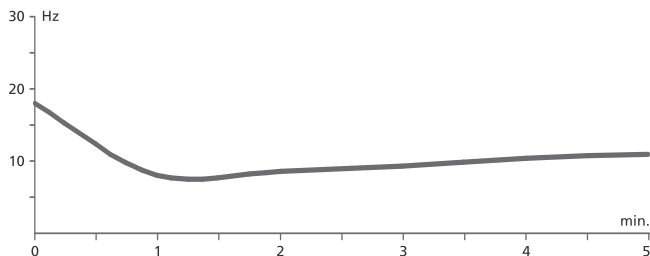
Nemáte moc času, ale chcete na chvíli vypnout, zrelaxovat?

Pro to slouží toto sezení.

Program zruší lehké až střední bloky stresu, nutkavé myšlenky, odstraní mírnou únavu a funguje také jako výborný uklidňovač, když Vás něco akutně rozčílí.

Můžete jej použít i dvakrát hned za sebou.

5 minut

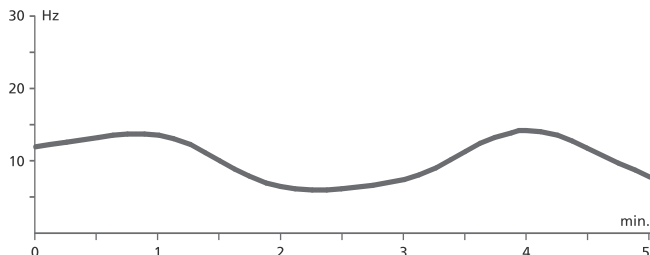


Relax2

Alfa

Toto sezení Vám pomůže z velkého stresu nebo únavy. Navozuje jasný stav mysli, odežene nutkavé, neodbytné myšlenky, starosti a bloky stresu a napětí. Využijte tuto legální a zdravou „drogu“! Program můžete použít kdykoliv, i dopoledne.

5 minut

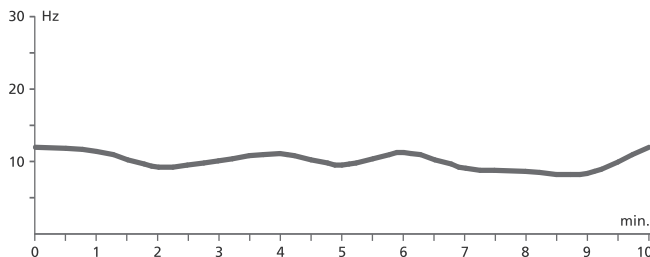


Relax3

Po práci

Jak už název napovídá, jde o praktickou rychlou relaxaci, kterou můžete využít například po příchodu z práce. Příjemně Vás uvolní a necháte stranou starosti a myšlenky na nepříjemné věci. Sezení vyvolá pocit vnitřního klidu, což vám umožní prožít zbytek dne s větší hloubkou a kvalitněji.

10 minut

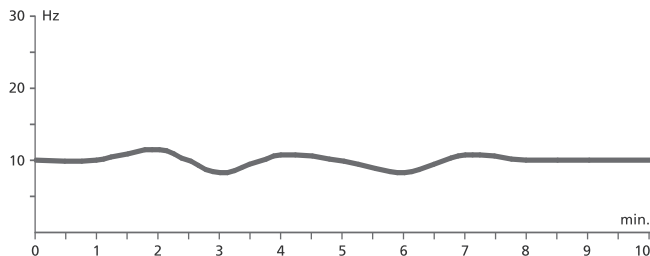


Relax4

Klid

Toto sezení, které probíhá v hladině alfa a theta, poskytuje silnou relaxaci během velmi krátkého času. Jedná se o hlubší relaxační program, který vyladuje všechny důležité části mozku, od hypothalamu až po tzv. velký mozek. Nerozdílně také vyladí energie v těle, zejména sladí čakry, neboli určité energetické body. Po programu se ještě alespoň hodinu nepouštějte do ničeho extra náročného.

10 minut



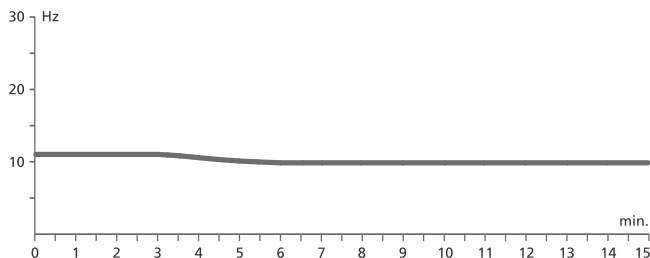
Relax5

Svalové uvolnění

Toto sezení Vás perfektně zrelaxuje po fyzické námaze nebo sportu, velmi vhodné je také pro eliminaci bolestí zad. V hluboké relaxaci spouští produkci určitých druhů endorfinů (betaendorfiny), které odstraňují kyselinu mléčnou a eliminují bolest.

Je velmi vhodné spustit si toto sezení i v případě, že necítíte bezprostředně po sportu nebo fyzické námaze ztuhlost či bolest svalů. Ta totiž přichází až se zpožděním hodin a program tak začne působit ihned, ještě než svaly zatuhnou. To je nejrychlejší způsob urychlení regenerace. Můžete jej také kombinovat s jinými regeneračními technikami, například strečinkem, masáží, saunou. Ideální je nejdříve použít tento program a teprve potom další metodu.

15 minut

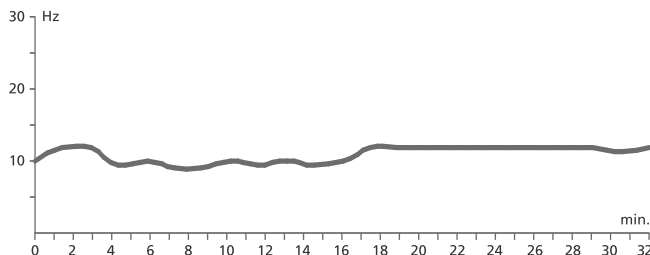


Relax6

Hluboká relaxace

Zažijte velmi hlubokou relaxaci. Program je vhodný spouštět pozdě odpoledne nebo v případě, že se cítíte v napětí a ve stresu.

32 minut

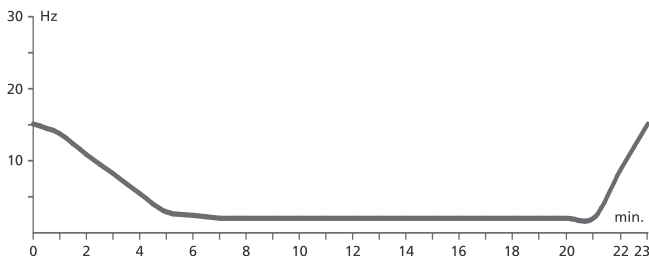


Sleep1

Kočí spánek

Úvodní fáze vás přivede do spánkové hladiny, kde se čtvrt hodiny prospíte a pak vás program posune k běžnému vědomému soustředění. Kočí spánek využívají kočky – jsou tak schopné hluboce si odpočinout během pár minut. Použijte v případech, kdy máte tzv. „spánkový dluh“ – nestihli jste se pořádně vyspat.

23 minut

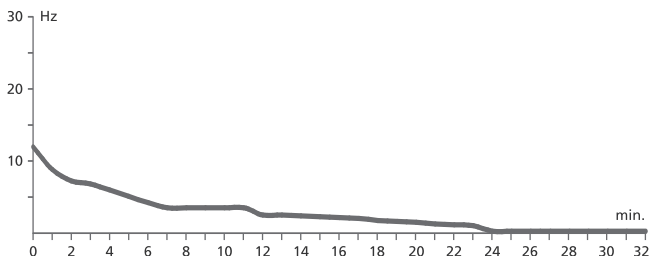


Sleep2

Spánkový urychlovač

Velmi účinný program na spaní. Je vhodný pro všechny, kdo špatně usínají vlivem psychické zátěže. Střídatavé výstupy a poklesy vás bezpečně uvedou do spánku. Můžete použít i těsně před spaním nebo v noci, kdy se nechtěně probudíte.

32 minut

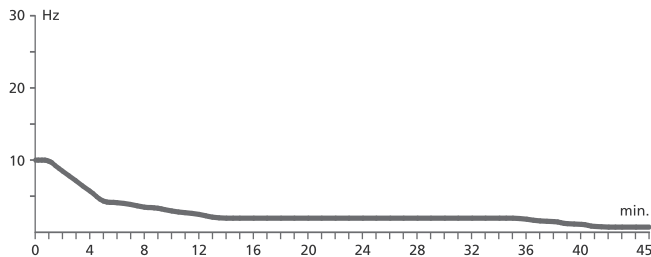


Sleep3

Spánkový rytmus

Program se používá pro zlepšení spánkového cyklu a nejlepší je spouštět si ho preventivně – obden 1-2 hodiny před spaním. Může se stát, že usnete již v jeho průběhu, proto s tím počítejte.

45 minut

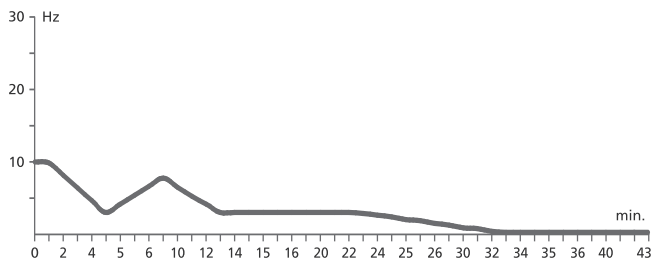


Sleep4

Na nespavost

Podobné sezení jako „Spánkový rytmus“. Toto je světelně živější. Vyzkoušejte obě dvě a použijte to, které bude účinnější. Přejeme dobrou noc a sladké sny.

43 minut

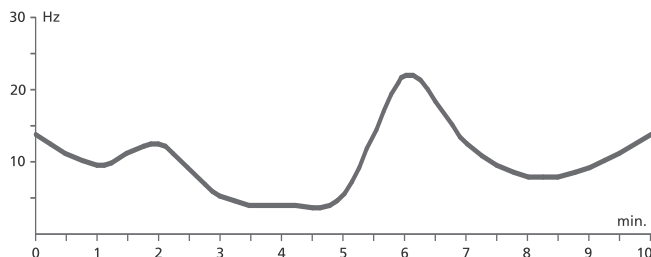


Spec1

Stop myšlenkám

Zažíváte často opakované, vtíravé myšlenky? Většinou je to nepříjemné. Nemusí se jednat přímo o obsedantněkompulzivní poruchu, ale tyto stavy prostě občas zažíváme všichni – zejména po silné stresové situaci. Program je určen k tomu, aby je v mysli zrušil.

10 minut

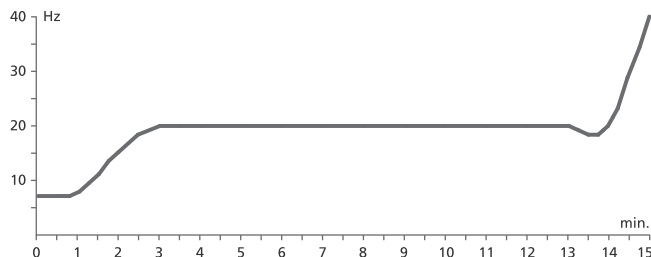


Spec2

Erotika

Tento program stimuluje mysl na hladině beta pomocí tónů ve čtvrté oktávě, která je spojena s druhou, tedy sexuální, čakrou. Ujistěte se, že první, koho po tomto programu uvidíte, je ten pravý! :)

15 minut

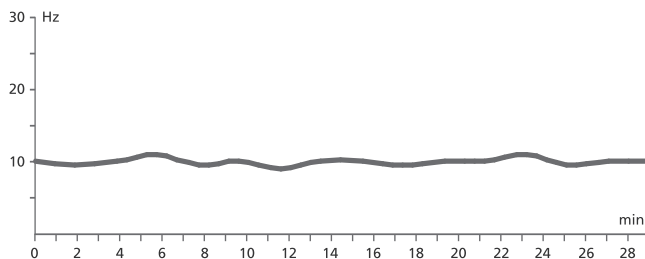


Spec3

Pravá hemisféra

Sezení je určeno pro stimulaci pravé hemisféry. Zvýší vaši aktivitu ve všech oblastech, které má pravá hemisféra na starosti: kreativita, prostorové vidění, barvy, sluchové vjemy, představivost. Je vhodná pro většinu lidí, protože v dnešní světě je více „protěžována“ levá hemisféra a používání pravé mozkové hemisféry není tak časté.

29 minut

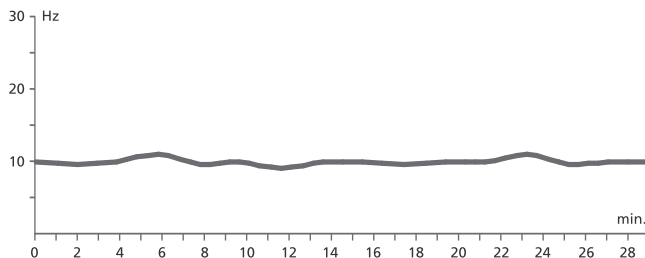


Spec4

Levá hemisféra

Sezení je určeno pro stimulaci levé hemisféry. Zvýší vaši aktivitu ve všech oblastech, které má pravá hemisféra na starosti: jazyk, logika, počítání, psaní. Vynikající je tento program na rozvoj matematiky a logických schopností. Určitě po něm budete úspěšnější v luštění křížovek!

29 minut



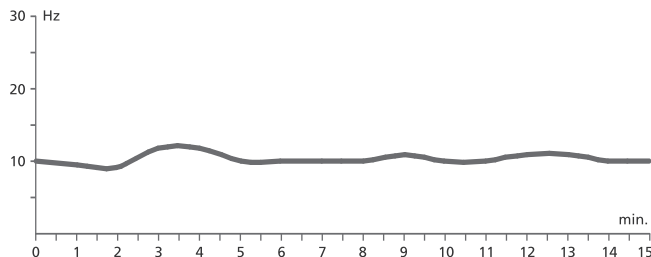
Spec5

Jetlag

Účinný odstraňovač nemoci z časového posunu (jetlag) při přeletu časových pásem. Postup pro začátečníky: začněte jej používat 1-2 dny před odletem, pak v den odletu a poté 1-2 po příletu do cílové destinace. Vždy v tu dobu, která odpovídá dni ve

vaší mateřské zemi. Pokud přiletíte do jiné ze-mě v noci - jejího času, ale u nás je den, tak program použijte. Postupně, během několika použití, získáte citlivost ke svým biorytmům. Poté si upravte používání podle sebe - řiďte se účinky, které cítíte.

15 minut

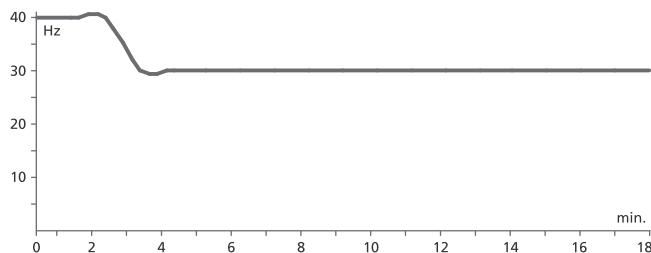


Spec6

Antidepressivum

Programy proti depresi najdete v kategorii Medicína, ale tento můžete vyzkoušet také. Navozuje silnou energetickou hladinu a zvyšuje produkci hormonu dopamin.

18 minut

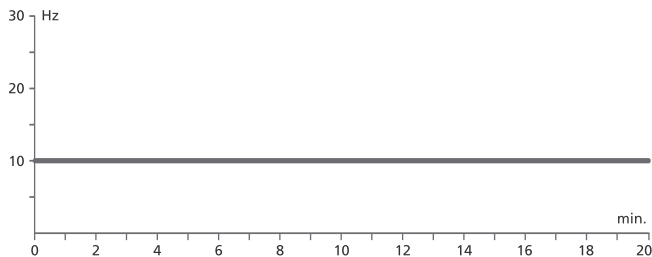


Spec7

Meditace

Program vás bude učit medito-
vat. Připojte si k němu meditač-
ní hudbu a myslte na něco
pozitivního a na své cíle. Může-
te provádět i vizualizaci. Střídej-
te s programem Meditace 2.

20 minut

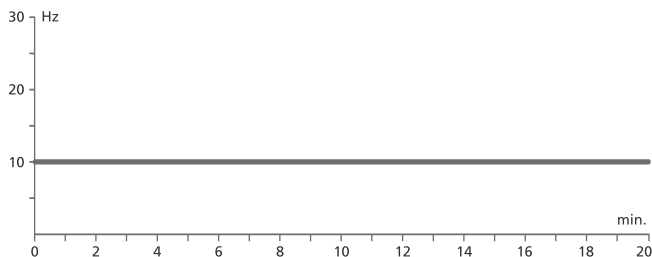


Spec8

Meditace 2

Program vás bude učit medito-
vat. Připojte si k němu meditač-
ní hudbu a myslte na něco po-
zitivního a na své cíle. Můžete
provádět i vizualizaci. Střídejte
s programem Meditace 1.

20 minut

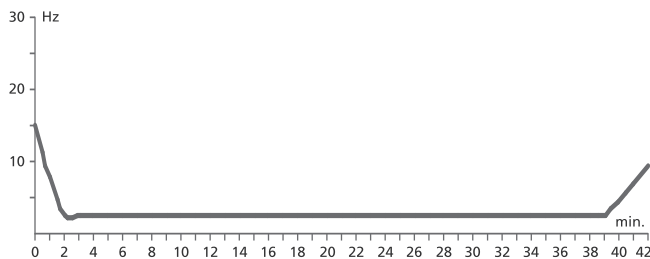


Spec9

Jóga

Program navozuje dynamický stav, ve kterém tělo odpočívá a probouzí se vyšší mysl. Je vyvinutý pro použití před jógou, nebo pokud zvládnete dohromady, tak současně při jogovém cvičení.

42 minut

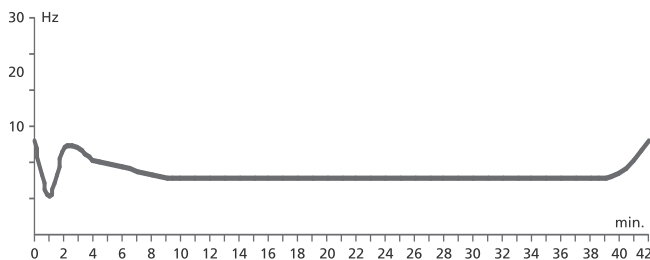


Spec10

Šamani

Meditace začíná v běžném stavu vědomí a poté se pohybuje ve střední hladině alfa. Po tomto programu budete osvěženi, s otevřenou myslí. Je vhodné k němu přisluhovat meditační hudbu. Udělejte si dostatek klidu na rozjímání, protože protože účinky budou přetrvávat ještě minuty nebo desítky minut po skončení programu.

42 minut



Úvod

Nepoužívejte přístroj v rozporu s návodem a dodržujte prosím pokyny uvedené v této kapitole Péče a údržba. Při používání přístroje v rozporu s návodem nebo v rozporu s těmito pokyny, případně v rozporu s obvyklými obecně známými zvyklostmi používání, zaniká při vzniku závady nárok na záruku a záruční opravu.

Údajné potíže jsou často jen důsledkem vybité baterie nebo nesprávně zapojených kabelů, případně ztlumení jasu světel nebo hlasitosti na hodnotu nula. Proto v případě jakýchkoliv potíží nejdříve dobijte přístroj alespoň 1 hodinu a zkontrolujte zapojení kabelů a nastavení hlasitosti a jasu světel.

Napájení

Neo má v sobě zabudovanou jednu nabíjecí lithium-iontovou baterii AA s kapacitou 800 mAh, která vydrží při spuštěných programech asi 6 hodin, v klidovém režimu asi 26 hodin. Skutečná výdrž baterie závisí také na zvolené intenzitě světla (brýle spotřebovávají nejvíce proudu). Přístroj se nabíjí dobíjecím adaptérem. Na vybíjející se baterii budete upozorněni na displeji přístroje: v desetiminutových intervalech se objeví upozornění **CHG**. Při nižším napětí se jako druhé upozornění objeví **CHG NOW!** a poté se ovládací jednotka vypne. Pokud je baterie příliš slabá na dokončení programu, zobrazí se upozornění **batt Low**. Nápis **CHARGING** znamená, že se baterie právě nabíjí. **Low Batt Charging** – k urychlení nabíjení se Neo za 10 vteřin vypne, pro tuto funkci stiskněte tlačítko.

Nápis **CHG DONE** znamená, že přístroj je nabitý, můžete odpojit adaptér (pokud jej necháte připojený, nehrozí žádné poškození).

ChgUnFin – přístroj byl vytažen z nabíječky před dokončeným nabíjením. Toto je v pořádku, jedná se pouze o upozornění a přístroj můžete používat.

Ochrana baterie

Elektrický obvod je zabezpečen proti opačnému vložení baterie – pokud k němu dojde, nehrozí poškození elektrického obvodu přístroje. Obráceně vložená baterie se nebude nabíjet, takže elektrický obvod baterii nepoškodí. Přístroj připojený na nabíjecí adaptér bude fungovat, pouze se nebude nabíjet baterie. Zobrazí se upozornění **2Low2Chg**.

2Low2Chg – přístroj je připojen na adaptér, baterie je téměř vybitá, není v přístroji nebo je vložena obráceně, nebo je použit nevhodný typ baterie. Přístroj se nenabíjí, ale připojen k adaptéru funguje. Správné vložení baterie: Barerii vkládejte znaménkem + směrem nahoru a znaménkem – směrem dolů, tedy na pružinu.

Výměna baterie

Používejte POUZE nabíjecí lithium-iontové baterie! Pružiny baterie podléhají různým klimatickým podmínkám, stejně jako většina ostatních kovových předmětů. Pokud je pružina zapříčená, použijte k vyjmutí baterie hrot pera.

Pro kryt baterie na přístroji doporučujeme stejný postup, pokud se kryt zapíčí, opatrně jej otevřete tupým nožem. Vyhněte se, prosím ostrým předmětům aby nedošlo k poškození povrchu ovládací jednotky nebo krytu baterie.

Péče o přístroj

Chraňte přístroj před prachem, nečistotou a pády.

Chraňte přístroj a příslušenství před relativní vlhkostí nad 65% a před vniknutím vody či jiné tekutiny do přístroje. Pokud přesto dojde k jejich zvlhnutí, jednotku nezapínejte, abyste se podívali, zda stále funguje! To by mohlo způsobit trvalé poškození obvodů. Místo toho sejměte kryt baterií a baterie vyjměte. Před dalším použitím nechte přístroj dostatečně dlouho zcela vyschnout. To může uchránit přístroj před trvalým poškozením. Slaná voda uvnitř přístroje zanechává zbytky, takže i po vyschnutí bude velká pravděpodobnost koroze obvodů a zkratu přístroje. V blízkosti slané vody dbejte zvláštní opatrnosti.

Nenechávejte přístroj vystaven přímému slunci po delší dobu anebo uvnitř uzavřeného automobilu za horkého počasí. Chraňte přístroj před teplotami nad 45 stupňů Celsia a pod 0 stupňů Celsia.

Vyvarujte se poškrábání brýlí, protože jsou z plastu a nedbalým zacházením se snadno poškodí. Můžete je občas očistit čistým měkkým mírně navlhčeným hadříkem, aby se na nich neusazovaly mastnota a nečistota. K čištění nepoužívejte suchý ani znečištěný hadřík, papírový ručník nebo ubrousek, ani svou košili, neboť byste mohli jejich povrch poškrábat.

Neroztahujte nožičky brýlí, i když jsou částečně pružné, jinak hrozí jejich ulomení nebo zlomení rámu brýlí. Věnujte pozornost ukládání brýlí, abyste je nezmáčkli přisednutím apod.

Neroztahujte nadměru sluchátka, i když jsou pružná, jinak hrozí jejich zlomení nebo poškození. Se sluchátky manipulujte opatrně, mechanická poškození nelze uznat jako vadu.

Zapojte kabely do správných zdířek. Zapojte kabely, především kabel adaptéru a kabel USB správnou stranou a nikoli násilím. Zapojte u kabelu adaptéru do přístroje správnou koncovku. Jinak se konektory na přístroji a koncovky kabelů velmi rychle zničí. Poškození se nemusí projevit hned, ale má zásadní vliv na životnost a funkčnost přístroje.

Nenamotávejte kabely na tělo jednotky, brýlí či sluchátek, ale volně je svinujte takovým způsobem, jakým byly svinuté v originálním balení. Jinak se kabely rychle poškozují. V takových případech nelze většinou kabel samostatně opravit a je nutné zakoupit celé nové příslušenství (sluchátka, brýle).

Nepoužívejte pro čištění a údržbu žádné tekutiny, mazadla a lepidla. Ty nemusí způsobit poškození přístroje ihned, ale mají zásadní vliv na životnost a funkčnost přístroje.

Neprovádějte na přístroji neoprávněné opravárenské zásahy.

Odstraňování potíží

Nepravidelná stimulace a její asymetrie může být součástí programu. Pro ověření vyzkoušejte jiný program.

Při zhoršené kvalitě stimulace (nehrají obě sluchátka, neblíkájí obě poloviny brýlí apod.) překontrolujte úplnost a správné zapojení konektorů v přístroji.

Při nízké intenzitě stimulace zkontrolujte nastavení intenzity světelné či zvukové stimulace a zkontrolujte stav dobítí.

Vybitý přístroj se projevuje jako údajné závady (zhoršená kvalita stimulace, přerušovaná stimulace, chybová hlášení apod.). Z toho důvodu vám doporučujeme při jakékoliv (údajné) poruše nejdříve ověřit, zda je přístroj dostatečně nabitý.

Rady a pokyny pro případnou reklamaci/opravu

Před předáním zboží do opravy nejdříve prověřte, zda se skutečně jedná o závadu – viz Úvod kapitoly Péče a údržba.

Svého dodavatele nebo generální dodavatele Galaxy nejdříve informujte telefonicky. V mnoha hlášených případech se totiž nejedná o vadu, ale o nesprávný postup, nepozornost při používání přístroje. Tyto případy lze většinou vyřešit radou zákazníkovi na dálku.

Při zjištění vady poskytněte servisu celý komplet přístroje a nikoli jen jeho část. Zdánlivá vada sluchátek totiž nemusí být vada sluchátek, ale vada ovládací jednotky apod.

Reklamované zboží nemusíte k reklamaci zasílat v originálním balení.

Zboží zasílané k reklamaci kvalitně zabalte a pošlete doporučeně, pojištěně nebo jinou podobnou formou, neboť nemůžeme ručit za ztrátu nebo zničení zboží během přepravy.

Pozáruční (placené) opravy, které od vás obdržíme poštou, vám zasíláme zpět také poštou, na dobírku, s připočítáním poštovného.

Záruční opravy (prokázaná reklamacce), které od vás obdržíme poštou, vám zasíláme zpět také poštou, pojištěným (tzv. obchodním) balíkem. Poštovné neplatíte.

V případě reklamovaného zboží, kdy vada nebyla prokázána, resp. byla způsobena neoprávněně uživatelem, vám na váš pokyn zboží opravíme (placenně).

Reklamaci nebo pozáruční opravu můžete uplatnit na jakékoliv prodejně Galaxy nebo určeném servisním místě Galaxy.