



Systematischer Anwendungsplan

Deine ersten
35 Tage
mit dem Healy

Liebe Healy Anwender,

herzlichen Glückwunsch zu deinem Healy! Sicher hast du ihn schon angewendet und wahrscheinlich hast du auch schon erkannt, welche Vielfalt in deinem neuen Lebensbegleiter steckt.

Vielleicht hast du Schmerzen, einen schlechten Schlaf oder Symptome, welche du mit dem Healy unterstützend behandeln möchtest. Eventuell stehst du oft unter Stress und möchtest mehr in Balance kommen. Möglicherweise willst du deine bestehende Gesundheit einfach optimieren und aufrecht erhalten. Oder du möchtest deine Leistungsfähigkeit steigern, dich besser konzentrieren, fokussierter und sportlicher werden. Vielleicht ist deine Absicht, anderen Menschen oder deiner Familie zu helfen.

Gerade als neuer Healy Anwender stellt sich dann die Frage, wie beginne ich am besten? Und deshalb bekommst du diesen systematischen Anwendungsplan an die Hand, der dir ein System für die ersten 35 Tage gibt. So lernst du den Healy verstehen, gewinnst Sicherheit und spürst, welche Programme dir besonders gut tun!

WASSER ist LEBEN - Trinke täglich auf den Tag verteilt mindestens 2-3 Liter stilles Wasser. Vor jeder Healy Anwendung trinke ein großes Glas Wasser. Das erhöht die Leitfähigkeit und die Wirksamkeit der Frequenzen.

So verwendest du diesen Anwendungsplan:

Starte mit "Woche 1" und wende den Healy wenn möglich immer zu gleichen Zeiten an. So gewöhnst du dich an eine gesunde Routine und integrierst den Healy in dein Leben.

In deinen Healy Erfolgs-Notizen trägst du jedes Programm ein und machst eine kurze Notiz dazu, wie es dir damit geht. Das hilft dir, dich und die Wirkung der Programme besser kennen zu lernen. Spüre, welche Programme dir gut tun, fühle was dich beruhigt oder was dir Energie gibt.

Viel Freude und Erfolg!

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 1

Morgen



Abend



MONTAG	CARE (Goldzyklus)		BALANCE (Goldzyklus)	
DIENSTAG	ENERGIE (Goldzyklus)		RELAX (Goldzyklus)	
MITTWOCH	RELEASE (Goldzyklus)		PURE (Goldzyklus)	
DONNERSTAG	CARE (Goldzyklus)		BEING (Goldzyklus)	
FREITAG	BEING (Goldzyklus)		BALANCE (Goldzyklus)	
SAMSTAG	ENERGIE (Goldzyklus)		RELAX (Goldzyklus)	
SONNTAG	RELEASE (Goldzyklus)		PURE (Goldzyklus)	

In der ersten Woche starten wir mit einer Kombination der kraftvollen **Goldzyklus-Programmen** von Nuno Nina. Diese Programme stärken, schützen und entgiften deinen Körper. Sie sind optimal, um mit der Frequenzanwendung zu beginnen.

Trinke vor der Anwendung ein großes Glas Wasser!

Stelle die Stromintensität von 15% auf einen Bereich zwischen 35% bis 65%, bzw. wie es für dich angenehm ist.

Beobachte und fühle in dich hinein, was sich bei dir verändert. Notiere dies in deinen Healy Erfolgs-Notizen.

Eine detaillierte Beschreibung der einzelnen Programme findest du in deinem Healy Handbuch!

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 1

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
abend		
DIENSTAG morgen		
abend		
MITTWOCH morgen		
abend		
DONNERSTAG morgen		
abend		
FREITAG morgen		
abend		
SAMSTAG morgen		
abend		
SONNTAG morgen		
abend		

NOTIZEN

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 2

Morgen ✓ Mittag, tagsüber ✓ Abend ✓

MONTAG	CARE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		BALANCE (Goldzyklus)	
DIENSTAG	ENERGIE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		RELAX (Goldzyklus)	
MITTWOCH	RELEASE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		PURE (Goldzyklus)	
DONNERSTAG	CARE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		BEING (Goldzyklus)	
FREITAG	BEING (Goldzyklus)		Individuelles Programm		BALANCE (Goldzyklus)	
SAMSTAG	ENERGIE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		RELAX (Goldzyklus)	
SONNTAG	RELEASE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		PURE (Goldzyklus)	

In der zweiten Woche bleiben wir bei den **Goldzyklus-Programmen** und fügen ein individuelles Programm hinzu. Suche dir also ein Programm aus deinen Programmgruppen aus und wende dieses tagsüber an. (Wenn dir ein Morgen-Programm gut gefällt, kannst du dieses mittags auch wiederholen.)

Trinke vor der Anwendung ein großes Glas Wasser!

Beobachte und fühle in dich hinein. Was verändert sich oder welche Erkenntnisse gewinnst du? Notiere dies wieder in deinen Healy Erfolgs-Notizen.

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 2

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
mittag		
abend		
DIENSTAG morgen		
mittag		
abend		
MITTWOCH morgen		
mittag		
abend		
DONNERST morgen		
mittag		
abend		
FREITAG morgen		
mittag		
abend		
SAMSTAG morgen		
mittag		
abend		
SONNTAG morgen		
mittag		
abend		

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 3

Morgen



Mittag, tagsüber



Abend



MONTAG	ERSTE ANWENDUNG (Deep Cycle)		ATEM DES LEBENS (Deep Cycle)		AN DIE WURZEL GEHEN (Deep Cycle)	
DIENSTAG	ZWEITE ANWENDUNG (Deep Cycle)		Individuelles Programm		PURE (Goldzyklus)	
MITTWOCH	DRITTE ANWENDUNG (Deep Cycle)		ERNEUERUNG (Deep Cycle)		NIERE FRAU/MANN (Deep Cycle)	
DONNERSTAG	CARE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		VERDAUUNG (Deep Cycle)	
FREITAG	BEING (Goldzyklus)		KREISLAUF (Deep Cycle)		BALANCE (Goldzyklus)	
SAMSTAG	ENERGIE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		AUSLEITUNG (Deep Cycle)	
SONNTAG	RELEASE (Goldzyklus)		RELAX (Goldzyklus)		INNERER FRIEDEN (Deep Cycle)	

In der dritten Woche starten wir zusätzlich mit den Deep Cycle Programmen von Jan Fredrik Poleszynsk. Diese Programme nehmen eine Sonderstellung ein und sind im Allgemeinen umfassender als die Goldzyklus Programme

Trinke vor der Anwendung ein großes Glas Wasser. Das erhöht die Leitfähigkeit und Wirksamkeit der Frequenzen!

Sicher hast du schon festgestellt, welche Programme dir den meisten Nutzen bringen bzw. welche Programme sich gut für dich anfühlen. Trage deine Erkenntnisse wieder wie gewohnt in deinen Healy Erfolgs-Notizen ein.

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 3

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
tagsüber		
abend		
DIENSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
MITTWOCH morgen		
tagsüber		
abend		
DONNERST morgen		
tagsüber		
abend		
FREITAG morgen		
tagsüber		
abend		
SAMSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
SONNTAG morgen		
tagsüber		
abend		

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 4

Morgen ✓ Mittag, tagsüber ✓ Abend ✓

MONTAG	ATEM DES LEBENS (Deep Cycle)		Individuelles Programm		AN DIE WURZEL GEHEN (Deep Cycle)	
DIENSTAG	KREISLAUF (Deep Cycle)		Individuelles Programm		PURE (Goldzyklus)	
MITTWOCH	ERNEUERUNG (Deep Cycle)		Individuelles Programm		NIERE FRAU/MANN (Deep Cycle)	
DONNERSTAG	CARE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		VERDAUUNG (Deep Cycle)	
FREITAG	BEING (Goldzyklus)		Individuelles Programm		BALANCE (Goldzyklus)	
SAMSTAG	ENERGIE (Goldzyklus)		Individuelles Programm		AUSLEITUNG (Deep Cycle)	
SONNTAG	RELEASE (Goldzyklus)		RELAX (Goldzyklus)		INNERER FRIEDEN (Deep Cycle)	

WOW, wir haben schon die vierte Woche! Super gemacht! Bestimmt hast du schon eine gesunde Routine entwickelt.

Du kannst in der vierten Woche weitere Programmgruppen dazu nehmen oder du wiederholst die dritte Woche. Auch kannst du Programme unterschiedlich variieren. Experimentiere, du kannst nichts falsch machen.

Notiere deine Erkenntnisse wieder in deinen Healy Erfolgs Notizen. So lernst du dich, deine Gesundheit und die Wirkung verschiedener Frequenzen immer besser kennen.

Wie sieht es mit Wasser aus? Trinkst du genug?

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 4

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
tagsüber		
abend		
DIENSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
MITTWOCH morgen		
tagsüber		
abend		
DONNERST morgen		
tagsüber		
abend		
FREITAG morgen		
tagsüber		
abend		
SAMSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
SONNTAG morgen		
tagsüber		
abend		

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 5

Morgen ✓ Mittag, tagsüber ✓ Abend ✓

	Morgen	✓ Mittag, tagsüber	✓	Abend	✓
MONTAG					
DIENSTAG					
MITTWOCH					
DONNERSTAG					
FREITAG					
SAMSTAG					
SONNTAG					

Was Jetzt? Der Anwendungsplan ist ja leer? Willkommen in der fünften Woche und nun bist du schon sehr erfahren in Bezug auf die Wirkung der Frequenzen auf deinen Körper.

Du kannst diese Woche entweder die Woche 4 wiederholen, variieren oder du stellst dir dein eigenes Wochenprogramm zusammen. Schau in den Programmgruppen nach Programmen, welche zu dir passen oder dich interessieren. Solltest du weitere Programme wünschen, kannst du jederzeit in deinem Shop ein Upgrade machen. (Mit Holistic Health PLUS und Healy Resonance verfügst du über alle Programme)

Bleibe dran und notiere die Programme und deine Erfahrungen in deinen Healy Erfolgs-Notizen!

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 5

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
tagsüber		
abend		
DIENSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
MITTWOCH morgen		
tagsüber		
abend		
DONNERST morgen		
tagsüber		
abend		
FREITAG morgen		
tagsüber		
abend		
SAMSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
SONNTAG morgen		
tagsüber		
abend		

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 6 - Erstelle dein Wochenprogramm selbst!

Morgen



Mittag, tagsüber



Abend



MONTAG						
DIENSTAG						
MITTWOCH						
DONNERSTAG						
FREITAG						
SAMSTAG						
SONNTAG						

NOTIZEN:

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 6

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
tagsüber		
abend		
DIENSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
MITTWOCH morgen		
tagsüber		
abend		
DONNERST morgen		
tagsüber		
abend		
FREITAG morgen		
tagsüber		
abend		
SAMSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
SONNTAG morgen		
tagsüber		
abend		

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 7 - Erstelle dein Wochenprogramm selbst!

Morgen



Mittag, tagsüber



Abend



MONTAG						
DIENSTAG						
MITTWOCH						
DONNERSTAG						
FREITAG						
SAMSTAG						
SONNTAG						

NOTIZEN:

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 7

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
tagsüber		
abend		
DIENSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
MITTWOCH morgen		
tagsüber		
abend		
DONNERST morgen		
tagsüber		
abend		
FREITAG morgen		
tagsüber		
abend		
SAMSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
SONNTAG morgen		
tagsüber		
abend		

Deinen Healy systematisch anwenden

WOCHE 8 - Erstelle dein Wochenprogramm selbst!

Morgen



Mittag, tagsüber



Abend



MONTAG						
DIENSTAG						
MITTWOCH						
DONNERSTAG						
FREITAG						
SAMSTAG						
SONNTAG						

NOTIZEN:

Meine Healy Erfolgs-Notizen

WOCHE 8

	Dein Healy Programm	Wie geht es mir?
MONTAG morgen		
tagsüber		
abend		
DIENSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
MITTWOCH morgen		
tagsüber		
abend		
DONNERST morgen		
tagsüber		
abend		
FREITAG morgen		
tagsüber		
abend		
SAMSTAG morgen		
tagsüber		
abend		
SONNTAG morgen		
tagsüber		
abend		

Disclaimer:

Die HealyWorld GmbH hat in keinster Weise etwas mit diesem Leitfaden zu tun, weder hat sie diesen Leitfaden verfasst oder veröffentlicht.

Dieser Anwendungsplan beruht auf eigener Erfahrung und Anwendung, Expertisen, Wissen durch Fortbildung und wurde zusammengestellt von Holistic24Plus.com (Unabhängiger Healy Partner). Diese Leitfaden hat die Absicht, neuen Healy Anwendern einen guten Start zu ermöglichen und ist ausschließlich für Mitglieder von Holistic24Plus verfügbar.

Die in diesem Leitfaden dargestellten Anwendungen stellen kein Heilversprechen, Besserung oder Linderung von Symptomen und Krankheiten dar! Die Anwendung dieser vorgeschlagenen Programme erfolgt auf eigenes Risiko und es wird keine Haftung oder Verantwortung für Schäden übernommen, welche auf die Verwendung dieses Leitfadens zurückzuführen wären. Das gleiche gilt auch für jede Form von Nebenwirkungen. Die Inhalte sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft. Irrtümer oder Änderungen sind vorbehalten.

Sollten Sie Blutverdünnungsmittel, Antidiabetika, Blutdrucksenkende Medikamente, Hormone (insbesondere Schilddrüsen-Hormone) oder Betablocker zu sich nehmen, holen Sie bitte immer vor der Frequenz Anwendung den Rat eines Arztes ein. Möglicherweise muss die Medikation angepasst werden.

Achtung Kontraindikationen:

Metallische Fremdkörper im Behandlungsgebiet, Herzschrittmacher
Gefahr von Blutungen, Blutungs- oder Emboliegefahr
Strahlentherapeutisch behandelte oder gestörte, empfindliche Hautareale
Nicht bei Fieber anwenden
Nicht bei Schwangerschaft anwenden
Nicht bei Epilepsie anwenden
Elektroden nicht am Kopf verwenden
Nicht in der Herzgegend verwenden

Healy ist ein Medizinprodukt zur Schmerzbehandlung bei chronischen Schmerzen, Fibromyalgie, Skelettschmerzen und Migräne sowie zur unterstützenden Behandlung bei psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angstzuständen und damit verbundenen Schlafstörungen. Alle anderen Anwendungen des Healy erkennt die Schulmedizin aufgrund fehlender Nachweise im Sinne der Schulmedizin nicht an.

Hinweis:

Dieser Leitfaden darf NICHT im Internet veröffentlicht werden!