



Health Club 100+
Create a happy healthy life and live over 100 years

HEALTH CLUB 100+

MÖJLIGHETER



Club 100+ är skapad för dig som inte bara vill förlänga livet, vara frisk och stark utan även om du vill föryngras dig på riktigt - både på insidan och utsidan. Club 100+ presenterar helt nya, absolut unika, hälsomöjligheter. Med våra unika metoder du kan styra funktioner av organ och system, förbättra ditt humör och psyko-emotionella tillstånd. Det kan verka alldeles för bra för att vara sant, men med dessa metoder kan du också helt själv minska dina rynkor och ändra din ansiktsform så att du synbart föryngras.

VANLIGA HÄLSOÅTGÄRDER

Om man frågar människor vilka åtgärder som behövs för att förbättra hälsan, så svarar de flesta "motion, träning, kost". Och det är sant - människor som motionerar, tränar fysiskt och äter rätt kost kan upprätthålla sin hälsa, speciellt om de är yngre. Men redan efter 40 år startar kroppens åldrandeprocesser, och då räcker det inte med dessa åtgärder. Man måste då nå djupare in i kroppen, in till cellerna där åldrandet börjar.



HUVUDORSAKER TILL ÅLDRANDE PROCESSER OCH SJUKDOMAR

Vissa orsaker till åldrande är kända för vanliga människor, men inte alla.

1. Stagnationer i miljö som omringar cellerna och minskar tillförsel till dem av näring och syre, som gör cellerna svagare vilket leder till svagare funktioner
2. Ökar antalet fria radikaler som skadar cellernas membran och också begränsar tillförsel till cellerna näring och syre
3. Insulinresistens som följd av överkonsumtion av kolhydrater. Insulinresistens leder till större mängd av insulin i blodet, vilket hämmar immunförsvaret, skadar blodkärl och gör massa andra skador i kroppen
4. Äldre celler som kan inte delas längre stör friska celler. Det finns mekanism i kroppen som gör att äldre celler ska dödas av vita blodkroppar och föras bort, Men tack vore stagnationer vita blodkroppar kan inte komma fram och istället bildas inflammationer som skadar friska celler
5. Telomerer som sitter på endan av DNA molekyler som finns i varje cell förkortas med tiden som i sin tur förkortar livet. Men finns i kroppen en enzym som heter telomerasa, vilket kan stoppa förkortning av telomerer. Med åldrande den enzymen minskar mer eller mindre



I klubben 100+ alla dessa orsaker kan avsevärt elimineras med våra helt naturliga metoder. Dessa metoder bygger på att öppna kroppens egna resurser och det är nästan enda sättet att ta hand om alla orsaker till åldrande och uppkomst av sjukdomar



Huvud resurs på väg till ett friskt och långvarigt liv

Det är känt att medvetande är kreativt och allt som finns runt oss är resultatet av vårt tänkande. Men det som finns inom oss är också resultatet av tänkandet. Med andra ord, hela vårt liv, vår hälsa, framgång beror på våra tankar. Och detta tänkande styrs från det undermedvetna och beror på de program som vi fick från barndomen. Program är våra vanor, stereotyper, mönster, standarder. Man tror att vårt liv till 90% är beroende av dessa program. För att förstå detta, kom ihåg hur många gånger i ditt liv du försökte ändra något och det gick inte ofta. Att ändra negativa undermedvetnas program för positiva innebär att förbättra livet och naturligtvis hälsa och, som ett resultat, livslängd. Det finns många böcker, filmer och annan information om detta ämne "hur man ändrar undermedvetnas program", men väldigt få människor lyckas.



Vad är anledningen?

Att byta undermedvetnas program är möjligt under tre villkor:

1. Visualisering av en ny, förändrad vana, stereotyp
2. Visualisering förstärkt av känslor
3. Upprepning, förstärkning av ny visualisering

För att visualisering ska vara effektiv är det nödvändigt att hålla uppmärksamheten i minst 15 sekunder på ett objekt, men i genomsnitt kan en person hålla uppmärksamheten i 5 sekunder. Inte alla lyckas skapa känslor under träning.

För att en ny bild ska få tag är det nödvändigt att göra många repetitioner, minst 100-200 repetitioner (visualiseringar), som regel har den genomsnittliga personen inte tillräckligt med tålamod för detta.



Metoderna som praktiseras i 100+ klubben saknar alla dessa brister. Med hjälp av "Energy visualisering"-metoden som utvecklats av Boris Aranovich kan fokus på ett objekt (organ, kroppsdel, system, händelse) hållas länge tack vare visualisering med andhållning.

Övningarna i det första steget görs med musik, så det finns en känslomässig, sensorisk komponent.

För repetition används metoden "Mental Allegro", som gör att du kan upprepa mer än 10 olika övningar på en minut för att återställa olika kroppsfunktioner. Denna metod bygger på undermedvetnas förmågan att uppfatta information en miljon gånger snabbare än medvetandet.

Faktum är att effektiv visualisering förändrar de neurons nätverken som speglar nästan allt i hjärnan som är relaterat till kroppen - organfunktioner, system, beteende, vanor. Och därför är repetitionen av övningar nödvändig för att stabilisera nya neuron förbindelser och därför förbättrade kroppsfunktioner.



Öppna energiresurser

Huvudenergin produceras av cellerna genom näring och syre. Här kan resurser öppnas på bekostnad av korrekt vald näring i samband med allmänna moderna rekommendationer och individuella online-konsultationer. Energi cirkulerar också i kroppen som kommer från havet av kosmisk energi. Klubben 100+ kommer också att erbjuda speciella övningar för att öka denna energi.



Rensa kroppens inre miljö

En av huvudorsakerna till åldrande är stagnation i kroppen. Olika stressiga situationer orsakar spänningar i vävnader och inre organ, vilket leder till att vätskor i kroppen minskar rörelse, särskilt intercellulära vätskor, som tar upp större delen av kroppens vikt. Och det är i stillastående vätskor s

Rensa kroppens inre miljö
En av huvudorsakerna till åldrande är stagnation i kroppen. Olika stressiga situationer orsakar spänningar i vävnader och inre organ, vilket leder till att vätskor i kroppen minskar rörelse, särskilt intercellulära vätskor, som tar upp större delen av kroppens vikt. Och det är i stillastående vätskor som avfallsprodukter, toxiner och döda celler börjar ackumuleras och bildar en dålig cellulär miljö. Sedan börjar olika virus, bakterier och mikroorganismer utvecklas i denna cellulära miljö och orsakar inflammation, tumörer, adenom. I 100+ klubben finns det många olika sätt att rensa den inre miljön, både med hjälp av mentala övningar och apparater. om avfallsprodukter, toxiner och döda celler börjar ackumuleras och bildar en dålig cellulär miljö. Sedan börjar olika virus, bakterier och mikroorganismer utvecklas i denna cellulära miljö och orsakar inflammation, tumörer, adenom. I 100+ klubben finns det många olika sätt att rensa den inre miljön, både med hjälp av mentala övningar och apparater.



Öppna andningsresurser

Andningsresurser är enorma. Otillräcklig syretillförsel till cellen är ett av de viktigaste hälsoproblemen. Med en minskning av syre i cellen förbränns näringsämnen dåligt, fett förbränns dåligt, vilket leder till övervikt och i allmänhet minskar produktionen av energi av celler, vilket leder till en minskning av kroppsfunktioner och sjukdomar. Andning har också en djupgående effekt på kärthälsan. I 100+ klubben ingår andningsövningar både tillsammans med mentala och separat. Effektiviteten av dessa övningar har bevisats många gånger över tusentals människor.



Öppna fysiska resurser

Fysisk träning måste doseras strikt för varje individ eftersom det är förknippat med energiförbrukning. Det händer ofta att träning leder till hälsotillstånd. Därför är det mycket viktigt att veta hur man doserar fysiska övningar. 100+ klubben kommer att uppmärksamma detta



Öppna andens resurser

Tänk dig att en person har rädsla, tvivel, frekvent depression, med andra ord, en svag ande. Naturligtvis är det svårt för en sådan person att komma till god hälsa. Klubben 100+ lägger stor vikt till att hantera sådana problem. Nyheten i dessa metoder är att enkla tekniker för att arbeta med det undermedvetna kan avsevärt stärka andan.



Att leva med kroppen

Club 100+ lär dig att leva med din kropp, hur du bör ta hand om den, bli medveten om att den är en levande organism, och hur du kan hjälpa den att konstant upprätthålla normala funktioner. De flesta människor lever utanför kroppen, de fokuserar på allt möjligt men inte på kroppen...förrän de blir sjuka. Vill man leva längre utan sjukdomar så man måste bli ett med kroppen.



Ta hand om din kropp regelbundet och du kan leva längre och utan sjukdomar!

Du servar säkert din bil för att den ska hålla längre, eller hur? Kroppen är många tusen gånger mer komplicerad än en bil och den behöver service, fast mycket oftare. Men inte många servar sin kropp och får därför ofta sjukdomar och begränsar sina liv.

Som medlem i Club 100+ kommer du att få dessa livsviktiga kunskaper och möjligheter att regelbundet och snabbt ta hand om din kropp.



Hur går det till

Tänk dig att du sitter ned och med tanken börjar förbättra cirkulationen i tandköttet i 20 sekunder, därefter förbättrar du cirkulationen i levern i 30 sekunder och sedan förbättrar du cirkulationen i höger höft i 30 sekund om du har obehag där. Du kan också jobba på liknande sätt med andra organ och vävnader - när som helst - och det går snabbt. Genom att förbättra cirkulationen kan du minska stagnationer och förbättra funktioner samt förebygga åldrande.



Vad du ska lära dig som medlem i klubben 100+

Förutom att regelbundet upprätthålla flödet i kroppen får du lära dig:

1. Helt unika möjligheter att hantera rädslor och depressioner
2. Unika möjligheter att stärka din ande, tron på dig själv
3. Hur man hanterar stress och blir stresstålig
4. Hur man förbättra kroppens rensnings mekanismer
5. Hur man eliminera eller ta bort inflammationer
6. Hur man stärka immunförsvaret
7. Hur man eliminera rynkor
8. Energetiska övningar
9. Enkla andningsövningar
10. Olika sorters vatten och hur man aktiverar och programmerar vatten
11. Om ren luft och hur du kan rena luften
12. Individuellt anpassat kost
13. Intervallfasta
14. Individuellt anpassad fysisk aktivitet ...och mycket, mycket mer som hjälper dig att bli frisk, förnygras och leva längre!



**VIKTIGT ATT SKAPA RUTINER!
DET ÄR INTE LÄTT ATT SKAPA VANOR OCH RUTINER NÄR DET GÄLLER HÄLSAN. MEN SOM MEDLEM I CLUB 100+ FÅR DU VARJE VECKA NYHETSBRÄV MED INFO OCH ÖVNINGAR SAMTIDIGT PÅMINNER OCH ENGAGERAR DIG.**